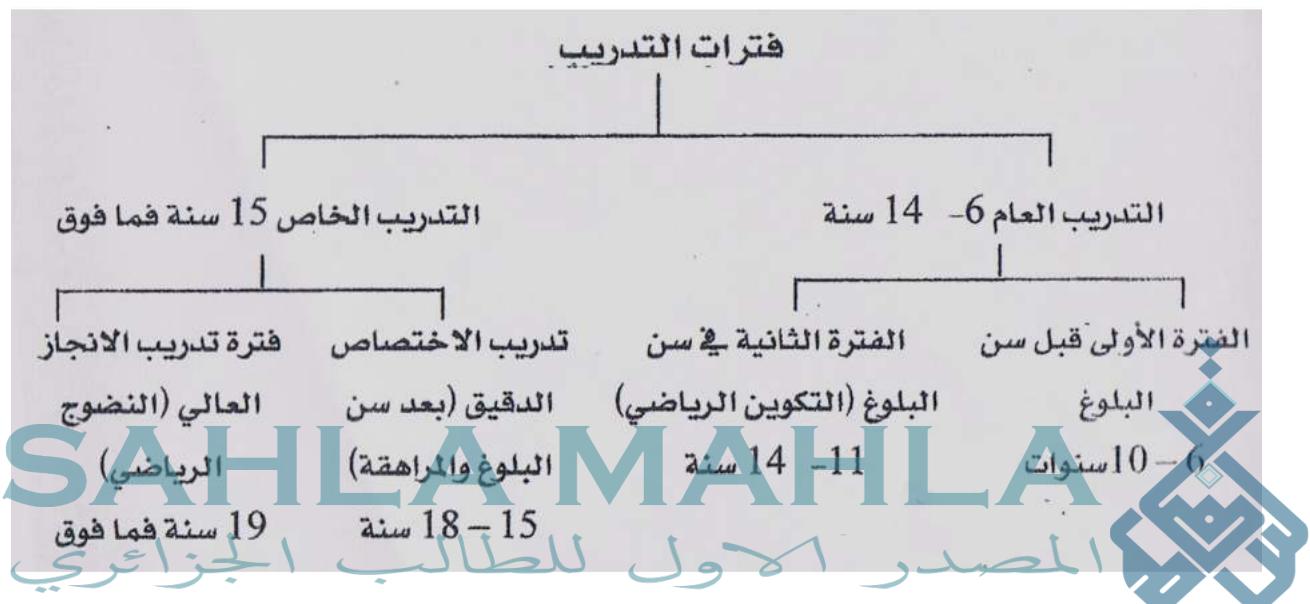


يعد تحديد السن المناسب للاختيار عملية في غاية الأهمية ، وتبينت الآراء حول تحديد سن مناسبًا لمارسة النشاط الرياضي ، إذ يتطلب كل نشاط سن مختلف عن غيره من الأنشطة نظراً للمتطلبات الخاصة بكل نشاط .

ويوضح (بومبا) 1999 تحطيط فترات التدريب بعيدة المدى بما يأتي : (منصور ، 2013 ، صة 34).



واجتمعت الآراء على مراعاة عاملين أساسين في تحديد السن المناسب للاختيار وهما :

العامل الأول : تحديد سن الطفولة لكل نشاط وهو " المدة الزمنية التي يصل خلالها الرياضي إلى لأفضل مستوى ممكن من قدرات حركية وأسس بيولوجية في النشاط التخصصي" ومن ثم تحديد عدد سنوات التدريب الكافية بتأهيل الرياضي لمستويات البطولة.

العامل الثاني: معرفة المستوى المناسب الذي تصل إليه المقاييس الجسمية والقدرات البدنية لتحمل متطلبات التدريب بما يتناسب ومتطلبات النشاط.

وبعد مدة مناسبة يمكن توجيه الأطفال إلى النشاطات المختلفة بناء على الاستعدادات والرغبة وخصوصهم لبرنامج تدريسي في النشاط المحدد مدة من الزمن وبصفة عامة يمكن أن تتوقف عملية الاختيار على أساس منها:

- 1- مستوى القدرات الخاصة بالنشاط والمحدد للمستوى (بدني ، مهاري ، خططي ، نفسي) .
- 2- سرعة التعلم والاستيعاب .
- 3- سرعة التطور في مستوى القدرات الخاصة والمحددة للمستوى (درجة التكيف).
- 4- توافر أساس ثبات المستوى في نتائج القياسات المحددة للمستوى كذلك المنافسات (عامر ، 2004 ، 166-167).

وهذه بعض الأمثلة عن اختلاف سن بداية مزاولة النشاط لبعض الرياضات

الألعاب	سن الكشف المبكر	سن التخصص	سن البطولة
- كرة القدم .	12-10	13-11	18-17
- كرة السلة .	8-7	12-10	18-16
- كرة اليد .	12-10	13-11	17-16
- كرة الطائرة .	12-11	15-14	18-16
- السباحة .	7-4	12-10	17-15
- كرة الماء .	9-7	14-12	18-16
- الغطس .	8-6	14-12	17-14
- ملاكمة .	14-13	16-15	18-17
- مصارعة .	14-13	16-15	18-16
- جمباز .	7-6	14-12	17-14
- العاب القوى .	12-10	14-13	18-17
- رفع الأثقال .	13-11	16-15	18-17
- تنس .	7-6	14-12	17-14
- فروسية .	14-12	18-16	18-17
- دراجات .	15-14	17-16	18-17

الجدول رقم: 01 يبين سن الكشف المبكر وبداية التخصص والبطولة في بعض الألعاب الرياضية . (هدي محمد ، 2004 ، ص 79)

1-16-3. طرق الاختيار :

على غرار الكثير من العلماء يرى منصور جمبل أن هناك طريقتين للبحث عن المواهب الرياضية

3-16-1. الطريقة الطبيعية : وهناك من يلقبها بالعشوائية

3-16-2. الطريقة العلمية: والتي تستند إلى التصور العلمي الدقيق وتتضمن هذه الطريقة ثلاثة

مراحل نستعرضها بإيجاز:

أ - يدعو المدربين والمدرسين الأطفال الصغار للالتحاق بجموعات تدريب الصغار وذلك لتعليمهم المهارات الأساسية للأنشطة.

ب- أثناء التدريب تظهر المواهب المناسبة المرتبطة بالعمر البيولوجي والبدني والصحي ويتم عزها في مجموعة تدريب خاصة .

ج - يتم الاختيار النهائي لذوي الداء العالي لسرعة التعلم والتكيف للمهارات الخاصة إضافة إلى القدرات البدنية والفسيولوجية الخاصة بالأنشطة المعنية. وذلك باستخدام القياس والاختبار. (منصور

جميل العنكبي، 2013، الصفحات 35-36)

وبصفة عامة يمكن أن تتوقف عملية الاختيار على أساس:

- مستوى القدرات الخاصة بالنشاط المحددة للمستوى(بدني – مهاري – خططي – نفسي) .

- سرعة التعلم والاستيعاب .

- سرعة التطور في مستوى القدرات الخاصة (درجة التكيف) .

SAHLA MAHLA
الإصدار الأول للطالب الجزائري



توفر أساس ثبات المستوى في نتائج القياسات المحددة للمستوى وكذلك المنافسات. (البساطي، 1998، صفحة 15).

إذن من أجل اختيار أفضل الرياضيين أو اللاعبين وجب معرفة السن المناسب لبداية الممارسة واعتماد الطريقة العلمية القائمة على أساس الاختبارات والقياسات لضمان توفير أحسن العناصر في تلك الفترة زيادة على إمكانية مواصلة تلك المجموعة في النشاط وعدم استسلامهم و إمكانية الوصول بهم إلى أعلى المستويات .

3-17-3- الانتقاء الرياضي لرياضة المستويات العليا:

ما لا شك فيه أن اختيار الفرد لممارسة النشاط الرياضي المناسب له في سن مبكر يتلاءم مع متطلبات الفعالية الرياضية أمراً بالغ الأهمية في بلوغ المستويات العليا ، ومن الصعوبة تحقيق مستويات عليا بدون تدريب ، من سن مناسب . وأن اختيار الطفل و توجيهه للنشاط المناسب لم يعد متروكا للصدفة ، بل أصبحت عملية الاختيار عملية لها أسس علمية أمكن التوصل إليها نتيجة الجهد المبذولة من قبل المختصين في هذا المجال .

وإذا استرشد المدرب بالأسلوب العلمي في انتقاء الرياضيين سيساعده ذلك في تطوير المستوى والارتقاء بمستوى الانجاز في المستقبل .

وتحدف عملية الانتقاء عموما إلى الاكتشاف المبكر للمواهب الرياضية أو الموصفات الحركية والانفعالية والبيولوجية والمورفولوجية التي يمكن التنبؤ بها في المستقبل في ضوء خصائص كل نشاط رياضي ، لامكانية توجيه الطفل نحو النشاط المناسب بناء على تلك الموصفات وميوله واستعداداته أملأ في بلوغ المستوى العالي من الانجاز في المستقبل . (عامر فاخر شغافى، 2004، صفحة 152).

17- عوامل الانتقاء عند تدريب المستويات العليا:

في ضوء النتائج العلمية للبحوث في هذا المجال يمكن تحديد عوامل انتقاء الصغار الصالحين عند التدريب للمستويات العليا في ضوء النقاط التالية:

- أولا : القياسات الانتروبومترية (المورفولوجية) .
- ثانيا: المقاييس الفسيولوجية والعمر البيولوجي .
- ثالثا: القدرات البدنية والحس حركية .
- رابعا: القدرات العقلية والجوانب الاجتماعية .
- خامسا: الاستعداد للأداء الرياضي .
- سادسا: السن المناسب للاختيار . (عامر فاخر، 2004، صفحة 153)

SAHLA MAHLA
المصدر الأول للطالب الجزاعي



وما ورد نرى أن الوصول إلى المستوى العالي يتطلب الكثير من العمل في جميع جوانب التدريب، ويتم اختيار اللاعبين اختيارا دقيقا وفق معايير متعلقة بجميع جوانب الأداء البدنية ، المهارية ، الفسيولوجية النفسية ... وهذا لتفادي عامل الصدفة وبلوغ الهدف المسطر بنسبة كبيرة جدا .

18-3 النمو و عملية انتقاء الرياضي :

18-3-1. أهمية النمو البدني في عملية انتقاء الرياضيين.

أن النمو البدني هو أهم ظاهرة في حياة الطفولة في السنوات الأولى ، وتعتبر السنان الأوليّات من عمره مرحلة النمو السريع ثم يبطئ معدل النمو نسبيا" من الثالثة إلى السادسة، و لا يتم تكليس العظام في هذه السن وهذه الخاصية تقى الطفل من كثير من أخطار الكسر نتيجة سقوطه وتعثره أثناء أداءه أو جه النشاط الرياضي التي يميل إليها.

ويتفق كل من تيتل Tittle و ماس Mass ، على أن دراسة مقاييس الجسم تعتبر نوعا من علم وصف الإنسان والتي تهتم بالقياسات الجسمية حيث تمننا هذه القياسات بعلومات عن النمو والتطور

أن القياسات البدنية تلعب دوراً حيوياً في اختيار نوع التخصص الرياضي وفي توجيه العملية التدريبية حيث أشارت معظم الدراسات العلمية إلى أن البناء البدني المتكامل والمناسب لنوع النشاط الممارس يعطي فرصه افضل لتحقيق مستويات فيه عاليه وان تفوق بعض الأجناس في بعض الانشطه قد يرجع إلى تميز هذه الأجناس ببعض القياسات البدنية التي يتطلبها الأداء المتفوق ويعتبر تقويم النمو البدني الفرد ذا اهمية بالغة في التعرف على الوزن والطول في المراحل السنوية المختلفة وكذلك يعتبر أحد المؤشرات التي تغير عن حاله النمو عند الأفراد ، حيث تعد أحد الوسائل الهامة في تقويم نمو الفرد حيث يشير كلا من رايستون Wrightstown و جستمان Justman و روبيتنز Robtins إلى انه ربما تكون المعايير الوحيدة في متناول يد المدرس الآن للحكم على الحالة الصحية والنمو الجسماني للطفل هو تكرار قياس طول الطفل وزنه كما يذكر دريسكول Driscoll أن طول الطفل وعلاقته بوزنه وعمره تعتبر من الدلالات التي تعين على تقدير مستوى النمو الجسماني والحالة الصحية .

أن النمو البدني يتأثر بالحالة الصحية والتغذية للطفل وكذلك تؤثر الحالات النفسية والانفعالات المفاجئة في النمو الجسماني وأهم احتياجات النمو الجسماني هي الغذاء الكامل والنشاط البدني والراحة والنوم ، ويتضمن النمو الجسماني التغير الحيوي للأنسجة كم وكيف وشكلًا " ووضعاً " وتكويننا .

SAHLA MAHLA

المصدر الأول للطالب الجزايري

إن منظومة صناعة البطل الرياضي تتطلب بناءً جسمياً مناسباً ، فالمدرب مهما بلغت مهارته لن يستطيع أن يصنع بطلاً من جسم غير مؤهل لذلك ، وأن ما ليس فيه حوار علمي أو جدل فلسفياً هو أن البدء بانتقاء النمط الجسماني المناسب هو العامل الأول يليه التدريب والممارسة الرياضية ، ويرجع الاهتمام بنمط الجسم في إحداث التفوق والإبداع الرياضي لكونه أحد أشكال التنبؤ بالتتابع المسبق لشكل الجسم الظاهري phena type التي سيبدو عليها الشخص الحي إذا ظلت التغذية عاملًا ثابتاً أو تغيرت في الحدود العادبة وبناء على نمط الجسم يتم توجيه guide الأطفال والبالغين للرياضات المناسبة لهم، فنمط الجسم من أكثر محددات الانتقاء ثباتاً إن لم يكن أكثرها على الإطلاق.

وقد شهدت السنوات الأخيرة اهتماماً متزايداً في دراسة العوامل المؤثرة على الأداء الرياضي ورغم أن العديد من الدراسات والبحوث ركزت على أهمية كل من العوامل الوظيفية والنفسية كمتغيرات وعوامل مستقلة تؤثر على الأداء الرياضي إلا أنه يجب التركيز على أهمية العامل البنائي للجسم من صفات وقياسات جسميه.

أن المحددات الأساسية للانتقاء تتضمن محددات بيولوجية (فسيولوجية ، مورفولوجية) ويتضمن الجزء الفسيولوجي أسلالاته العامة لأجهزه الجسم بينما يتطرق الجزء المورفولوجي إلى المحددات البدنية كالطول الكلي للجسم ، أطوال الأطراف ، طول الجذع ، كذلك الوزن لما لهم من دلالات صحية هامة وان القياسات البدنية ذات دلالة هامة في نمو الفرد فالتعرف على الطول والوزن في المراحل السنية المختلفة يعتبر أحد المؤشرات التي تعبر عن الحالة الصحية عند الأفراد.

إلى أن النمو يتأثر بالعديد من العوامل منها ما يرتبط بالعوامل الوراثية ومنها ما يرتبط بالعوامل البيئية، وبالرغم من أن الوراثة تمثل محددات النمو للطفل ، فإن العوامل البيئية لها الدور الهام للوصول لأقصى معدلات النمو وأسلوب ونوعيه التغذية و طبيعة الخدمات الصحية التي قدمت وتقدم للطفل ومستوى معيشة الأسره والحالة الاقتصادية وثقافتها العامة والصحية والغذائية وأسلوب مواجهه الاسره للمرض ومعدل الازدحام بالمنزل وهل يعمل الطفل أم لا ؟ وترتيب الطفل بين إخوته ، وهي جميعا عوامل قد تكون في صالح طفل الوجه البحري حيث يختلف حجم الجسم في أبناء الوجه البحري عن القبلي كما يختلف متوسط دخل الأسره وثقافة من يقومون علي رعاية الطفل (الأب والأم) كما يختلف أسلوب التغذية وفقا لمستوى الدخل وطبيعة البيئة حيث ترتبط بعض الأكلات بطبيعة المزروعات في نفس المنطقة وهناك أكلات في كل الوجهين يكاد لا يعرفها سكان الوجه الآخر ، إن النمو الجسمي يتأثر بالحالة الصحية والتغذية للطفل فالغذاء الكامل والنشاط الرياضي لهم أهميه قصوى وفي هذا الصدد نشير إلى أن النشاط البدني أحد العوامل الهامة المؤثرة في النمو وخاصة خلال مرحلتي الطفولة والراهقه حيث أن أجهزة الجسم وخاصة العضلات تقوى وتتمو بالتدريب وتضعف وتترهل كلما قلل النشاط البدني ، وتنطلب اللياقة الصحية للطفل أن يتمتع بمكونات بدنية أربعة هي: اللياقة الكلية-العقلية-المفاصل-لياقة تركيب الجسم ويتوقف نمو هذه المكونات على مدى انتظام الطفل في ممارسة النشاط البدني .

أن النمو في هذه المرحلة يتكرز بشكل كبير في العضلات الكبيرة كعضلات الظهر والساقيين والصدر والكتفين والجذع ، ويحتاج الطفل إلى تحريك هذه الأجزاء من جسمه ليساعد على نموه السريع ، ويتبع النمو العضلي اتجاهات النمو العامة فتنمو العضلات الكبيرة قبل الصغيرة ، كما إن عظام الطفل تحتوي على كمية من الماء والمواد شبه البروتينية بنسبة أكبر من عظام الراشد ويراعى في تربية الطفل الاهتمام في تدريبيه على رفع قامته أثناء سيره أو جلوسه لأن التشوهات العظمية يصعب تقويعها ، و في العام الثالث تنمو أجزاء الجسم المختلفة بسرعة واحدة ويحدث نموا " سريعا " في الأنسجة الليمفاوية وفي

الغدة التيموسية حيث تساعد في النمو الجسمي لهذه المرحلة من الطفولة ، و خلال العام الثالث إلى الخامس من عمر الطفل فإن الزيادة في الوزن والطول ثابتة تقريباً" بمعدل 2 كجم في الوزن ومن 8 سم للطول العام ، وعندما يبلغ الطفل أربع سنوات يصبح طويلاً ونحيف بالنسبة للسنوات السابقة وبيضاء التلاشي في أنحاء العمود الفقري وبروز البطن للذين يميزان الطفولة مع الطبقة الدهنية التي تبطن القدم والتي تقع تحت أقواس القدم الطبيعية خلال السنوات الأولى.

أن نمط الجسم هو المقدمة المنطقية والمقبولة للتفوق والإبداع في التخصص الرياضي ، فالتفوق الرياضي يرجع لامتلاك النمط الجسمي الصحيح ، فالنمط الجسمي هام جداً لنجاح التدريب والممارسة ، والتدريب والممارسة تقنين لنمط الجسم بغرض جعله أكثر مناسبة لرياضة التخصصية ، ويمكن تقنين عمليات التدريب الرياضي ونظام التغذية من خلال مؤشرات نمط الجسم أي أن نمط الجسم يعتبر أحد الموجهات التي يعتمد عليها في توجيه عملية التدريب الرياضي ، و تباين درجة ثبات محددات الانتقاء ، فمثلاً محددات البناء الجسمي تعد من أكثر محددات الانتقاء ثباتاً في حين أن المحددات النفسية لا تتمتع بنفس القدر من الثبات ، وحتى داخل المحددات البناءية فإنها لا تتساوى في درجات ثباتها فمثلاً نمط الجسم يعتبر أكثرها ثباتاً على الإطلاق ، فهو أكثر ثباتاً من تكوين الجسم

SAHLA MAHLA body composition (بضم نسبة الدهون في الجسم) ، وذلك لكون درجة تغير نمط الجسم محدودة إذا ما قورنت بدرجة تغير تكوين الجسم. فالانتقاء الرياضي يختص مجموعة الرياضيين المتميزين بالمواصفات الجسمية والبدنية والوظيفية

والمهارية والنفسية والعقلية التي تعد قدرات وموهاب واستعدادات لممارسة هذه اللعبة او تلك بما يتلائم ورغبات الممارسين وقدراتهم خلال المراحل العمرية التي يقتربها المختصون" . والانتقاء هو " الاسلوب العلمي والتخطيط المدروس للوصول الى افضل الخامات المبشرة بالنجاح المستقبلي ، وايا كانت الامكانيات المادية والبشرية المتوفرة فإنها لن تجدي نفعاً اذا لم توجه عبر عناصر بشرية مبشرة بالنجاح."

اذ ان تحديد الخصائص النموذجية المرتبطة بجوانب النمو البدني والتي تتطلبها الألعاب او الرياضات التي يتم لها الانتقاء ذات اهمية كبيرة " لإيجاد قاعدة من الموهاب الرياضية المتميزة لتكون نواة للمنتخبات الوطنية بعد انتقاء أفضلها الى جانب تحديد برنامج زمني وخططي لتعليم وتدريب الإفراد المختارين والمتوقع لهم تحقيق مستويات عالية في المستقبل (التبؤ) وذلك للارتفاع بهم بدنياً ونفسياً وعقلياً

واجتماعياً سعياً لتكوين منتخبات قومية في مختلف الألعاب او الرياضات في جميع مسابقات المراحل العمرية المختلفة وذلك وفقاً لبرنامج إعداد بدني مبني على أسس علمية واجدبي بالذكر ان الانتقاء بحد

ذاته عملية اقتصادية أساساً كونها تهدف إلى توفير الجهد والوقت والتكاليف إضافة إلى المساهمة العلمية في استثمار قدرات الناشئ وتوجيهها نحو سبل التطور في المستوى الرياضي فالانتقاء يعني "اختيار أفضل الناشئين المهووبين لممارسة نوع النشاط الذي يتلائم مع استعداداتهم وقدراتهم المختلفة" يوسف لازم. <http://www.wata.com>

تعد العوامل النفسية أحد أهم المؤشرات التي من خلالها يمكن التنبؤ بإمكانيات الرياضي، ومستوى تقدمه في المستقبل لذلك فإنه يبدوا ظاهراً أن عمليات الانتقاء تتطلب استخدام المستلزمات البدنية والنفسية معاً وبذلك فإن الاهتمام بالجانب النفسي للرياضي له أثر كبير خلال عملية الانتقاء، وتتعدد الفعاليات والألعاب الرياضية فتعددت معها المتطلبات النفسية بحيث تفرد بها تلك الفعالية أو اللعبة الرياضية وتمييزها عن غيرها من الفعاليات أو الألعاب الأخرى فالتدريب الرياضي يرتبط بإمكانيات الجهاز العصبي للرياضي وهذا يتطلب أن نأخذ بعين الاعتبار خاصة مشكل القلق والانفعالات والدوار والتفكير والإدراك والتغذية الراجعة. (قاسم حسن ، ص 178)

3-19-3- أثر العوامل النفسية في عملية الانتقاء:

3-19-1- أثر السمات الشخصية في عملية الانتقاء:

تتطلب عمليات الانتقاء دراسة سمات الشخصية الموجدة وأثرها على الرياضي عبر مراحل مختلفة بإعتباراً أن لكل رياضي شخصية والمزاجية والاجتماعية والحلقية التي تميز الفرد عن غيره تميزاً واضحأ، كما تعدد وحدة كاملة من الصفات يكمل بعضها الآخر ويتفاعل بعضها مع الآخر ويحاور بعضها ببعض، فلذكاء والمشاركة والتعاون تبدو مجتمعة فتؤكد تطبيعاً سلوكه بطابع خاص أما قاسم حسن حسين وفتحي المهمش يوفقد عرفاً الشخصية بأنها تنظيم ديناميكي في نفس الفرد لتلك الإستعدادات الجسمية التي تحدد طريقته الخاصة للتكيف مع البيئة.

السمات فهي :

3-1-19-3. السمات المعرفية:

تعني القدرات وتعبر عن الذكاء والقدرات العقلية الخاصة والمعارف العامة، كما تعبّر عن كفاية الشخصية في السلوك الموجه نحو حل المشكلات المعرفية والاستقرار الانفعالي وضبط النفس وسرعة الاختيار ومن هذه السمات ما يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتكوين الجهاز العصبي والمعنوي للفرد ومنها ينشأ في عملية التكيف الاجتماعي كمستوى القلق والعدوان.

3-1-19-3. سمات دافعية:

كالرغبات والميول والاتجاهات والعواطف والقيم وهذه تكون شعورية ولاشعورية.

3-19-3. سمات اجتماعية:

وتدل على الحساسية للمشكلات الاجتماعية والاشتراك في النشاط الاجتماعي والميل إلى التعاون .

3-19-4. السمات المزاجية:

وتختص بالإتباع والشكل والثابتة وغيرها، وهناك مجموعة أخرى من علماء النفس تميز في

التكوين النفسي للشخصية بين تنظيميين رئيسيين:

- أولهما: التنظيم العقلي العرفي الذي يرتبط بالذكاء والقدرات العقلية وإدراك الفرد للعالم الخارجي.

- ثانيهما: التنظيم الانفعالي الوجداني وتنظم فيه كل أساليب النشاط الانفعالي
ودوافع الفرد وميوله، اتجاهاته وأسلوب مواجهته للمواقف مما تقدم يمكن الوصول إلى التصنيف الآتي:

-السمات العقلية المعرفية.

- السمات الانفعالية الوجدانية. (قاسم حسن ،ص 180-181)

ومن أهم السمات النفسية التي تؤثر في شخصية الرياضي ما يلي:



- القدرات العقلية.

- الاستعدادات أو القدرات الخاصة.

- المهارات الخاصة.

- المزاج والطبع.

- الإرادة.

- الدوافع والميول والعادات والاتجاهات. (قاسم حسن ،ص 181)

3-20-3-المتابعة بعد الانتقاء و التوجيه:

كل الرياضيين المنتقون لمتابعة رياضة المستويات العليا يشترط لهم الخضوع إلى تدريب منسجم

ففي هذا الصدد يؤكد (casse . p): «أن أي تكوين بدون متابعة غالبا ما يكون تضييع للوقت

والمال والطاقة ، يجب أن تخضع إلى متابعة لأن التجلية في جميع الرياضيات تقريريا بدأية 18-20 سنة.

في حين تحضير الرياضيين المهووبين الذين لديهم حظوظا للمشاركة في المنافسات الدولية يجب أن يكون

متواصل خلال 8-10 سنوات و هذا يعني أن الانتقاء الأولى يجب أن يتم منذ السن المبكر و تلك

المرحلة المتواجدة بين الانتقاء و سن التجليات الدولية يجب أن تتم فيها متابعة جدية في مختلف الجوانب». (CASSE,1994.P206)

3-20-1. شروط المتابعة المنسجمة:

المتابعة السيكولوجية ، المتابعة الفيزيولوجية ، المتابعة الطبية ، بعد ذلك جميع الميادين و العوامل التي تؤثر التجلية الرياضية و التي تخضع للمتابعة و نحاول إعطاء بعض الأمثلة :

الأولى- المتابعة البيولوجية :

تتمثل هذه المتابعة في المراقبة البيولوجية الدقيقة و التي تتطلب وجود فرقه البيولوجيين و التقنيين الرياضيين المختصين جدا في الميدان ، يتم ذلك الحرص على بعض العناصر مثل : التعب ، فقر الدم ، نقص أو انخفاض التجلية الذي له علاقة مع ميدان الطب يتطلب أدنى تكفين للتقنيات الحديثة البيولوجية و متطلباته. (CAZORLA.1984.P257)

الثانيا - المتابعة السيكولوجية :

كما هو الحال في ميدان البيولوجية ، فهو من الصعب الحديث عن المتابعة السيكولوجية ، لكن يمكن الكلام عن المعالجة السيكولوجية بطلب من المدرب ، لغرض حسن توجيه الفريق ، أو معرفة التحفيزات العميقه لبعض الرياضيين المتواجدين تحت مسؤوليته و التخفيف أو القضاء على حالات التوتر الفردية أو مع الفريق و ذلك للحفاظ على روح المرح وأحسن مستوى تحفيزي داخل المجموعة .

الثالثة- المتابعة الطبية :

في كل فرع رياضي يجب أن تكون مراقبة طبية، فمنذ 1977 و حتى قبل هذه السنة بكثير ، فنجد في فرنسا هناك المتابعة و المراقبة الطبية كل ثلاثة أشهر و هذا بعد الفحص الطبي الأولي و كان ذلك في فرع رياضة و دراسات (section sport études) و بالتالي المراقبة و المتابعة الطبية ضرورية و إجبارية لدى البراعم الشابة الذين يخضعون إلى نظام تدريبي جدي للوقاية من بعض المخاطر الناتجة من الممارسة الرياضية ، و المعالجة الفورية للجروح بمجرد بروزها .

الرابعا- متابعة التجليات :

أخيرا لا يجب نسيان متابعة تطور النتائج التي تمثل في تحقيق التجليات العليا مع مرور الزمن و ذلك بمقاربة النتائج القانونية المتحصل عليها خلال المنافسة الرسمية أو الاختبارات الميدانية بشرط إصافها بالصدق و الموضوعية و الثبات ، و بالتالي على المدرب أن يأخذها بعين الاعتبار و يسجلها كلما أعيد الاختيار ليشكل بها المحننات البيانية لمستوى الرياضيين خلال فترات مختلفة و المراقبة لا تنتهي أهميتها في متابعة تحسين التجليات فقط ، بل هي أيضا وسيلة من وسائل التشجيع للموهبة ، فتشجيع الموهبة يتمثل في الإجراءات التي يجب اتخاذها و التي تساهم في تحسين المستوى التقني الخاص برياضة ما، و ذلك خاصة عند الناشئين الموهوبين . (CAZORLA.1984.P257)

4- التوجيه و الإرشاد الرياضي:

تمهيد:

نظرأً للمشاكل والصعوبات التي يواجهها الإنسان وصراعه مع البيئة التي يتواجد فيها واختلافات الظروف الخاصة بكل مجتمع بحسب المكان والظروف الذي يحيط به، كان للتوجيه والإرشاد حضوره منذ بداية وجود الإنسان على هذه الأرض؛ لأنه كان يحتاج إلى من يرشده ويووجهه بأسلوب وطريقة صحيحة، من أجل أن يجتاز هذه الصعوبات ويتغلب على تلك المشاكل .

وعليه يعرف التوجيه والإرشاد بأنه: عملية مخططة ومنظمة تهدف إلى مساعدة اللاعب لكي يفهم ذاته ويعرف قدراته وينمي إمكاناته ويحل مشكلاته ليصل إلى تحقيق توافقه النفسي والاجتماعي والتربوي والمهني وإلى تحقيق أهدافه .ويعد كل من التوجيه والإرشاد وجهين لعملة واحدة، وكل منهما يكمل الآخر، إلا أنه يوجد بينهما بعض الفروق .أغلب هذه البدايات كانت في الولايات المتحدة، إلا إنه كانت بدايات أخرى في دول أوربية عددة، وهذه البدايات البسيطة تطورت تدريجيا وأصبحت على شكل ثلاثة تيارات، وفيما يأتي توضيح لهذه التيارات الثلاثة:

التيار الأول: تيار التوجيه المهني والتربوي تطور هذا التيار وأدى إلى ظهور التوجيه التربوي في المدارس.

التيار الثاني: تيار القياس النفسي اهتم هذا التيار بالجانب العملي في بداية الأمر، وبعد ذلك جاء الاهتمام بالجانب النظري، إذ كانت الحاجة ملحة لظهور القياس النفسي والاختبارات العقلية والنفسية كاستجابة لواقع الحال، من أجل تصنيف الأفراد في الجيش، وفي الصناعة أولا، وكاستجابة لمقتضيات التشخيص النفسي في مجال علم النفس العلاجي ثانياً .

التيار الثالث: دراسة الطفل والاهتمام بالنمو. (محمود الهيتي 2012 ص 39 - 41)

٤-١-٤ معنى ومفهوم التوجيه :

هو مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة اللاعب السوي على أن يفهم مشاكله، وأن يستثمر إمكاناته الذاتية من قدرات ومهارات واستعدادات وموهوب. ويعرف أيضاً بأنه: (مجموعة من الخدمات النفسية والتربوية والمهنية تقدم للفرد لمساعدته على التكيف في المدرسة والمجتمع أو مكان العمل). والتوجيه: (هو أكثر من أسلوب أو تكتيك، أنه فن التواصل مع الناس، وهو علم يسمح بتبادل المعلومات الصحيحة التي يمكن استغلالها لمصلحة الفرد).

يتناول التوجيه موضوعات ومشكلات متعددة وذلك باستخدام عدة وسائل من أجل إتمام وظيفته بشكل صحيح، وهذه الوسائل تذهب بعيداً عن ملاحظة الفرد «اللاعب» لنفسه إلى ملاحظة الآخرين له، ومن التقدير الكيفي إلى القياس الكمي، وقد أصبحت هذه الوسائل سهلة الاستخدام وبالإمكان الاستفادة منها في عملية التوجيه، حتى يحقق التوجيه هدفه في مساعدة اللاعب على تحظى مشاكله لابد من تحليل قدراته واستعداداته وموهوباته واهتماماته وصفاته الشخصية ومراقبة سلوكه في جميع المواقف. (محمد الهيتي 2012 ص 44).

التوجيه هو تقديم المساعدة والعون للأشخاص الرياضيين وغير الرياضيين لغرض إعانتهم على فهم أنفسهم من أجل أن يكون اختيارهم سليماً وعلى دراية ويتخذوا من السلوك ما يسهل عملية التحرك وتحقيق أهدافهم؛ ولهذا فإن الرياضيين يحتاجون إلى مثل هذه المعلومات وإلى هذا التوجيه؛ لكن ينجز على إصدار الأول للطالب الجزايري يتعرفوا على مشاكلهم والصعوبات والمعوقات التي تقف في طريقهم وتمكنهم من الوصول إلى غايات والأهداف التي يسعون إليها. إن الموجه يلعب دوراً بارزاً في كل هذه الجوانب ، إذ يسهل مهمة اللاعبين عن طريق توجيههم التوجيه العلمي الصحيح وملازمتهم ومتابعتهم وإجراء اللقاءات التي تتم بين الموجه واللاعب على انفراد أو على شكل حلقة تجمع عدد من اللاعبين ومناقشة كل ما يتعلق بذلك، وإبداء التوجيهات التي تسهم بشكل كبير في رسم الخطوط وتوضيح النقاط الأساسية لللاعبين لغرض الاسترشادات ، وعلى ضوء المفاهيم السابقة فإن عملية التوجيه لا يكتب لها النجاح إلا إذا توافرت الشروط التالية :

- ١- أن يمتلك الموجه الإمكانات والقدرات والخبرات وقوة التأثير التي تساعده على إتمام متطلبات العملية التوجيهية وتحقيق أهدافها .
- ٢- أن يكون هناك استعداد ورغبة لدى اللاعبين «الذين يحتاجون إلى التوجيه»؛ لكي يتم تقبيله والالتزام بما يطرحه الموجه.

- 3- التعاون التام بين الموجه واللاعب والأسرة والجامعة التي يعمل معها اللاعب. .
- 4- القدرة على التشخيص الدقيق والعلمي للحالة التي يمر بها اللاعب .
- 5- استخدام الطائق والأساليب العلمية في معالجة مثل هكذا حالات .
- 6- استخدام العلاج النفسي بطرقه وأساليبه المختلفة.

إن الرياضي كإنسان يتكون من طاقات وشخصيات وأمزجة مختلفة، وهناك اختلافات وفروقات فردية متعددة بين اللاعبين وكل منهم يمتاز ببعض المواقف والمؤهلات، وقد يجتمع اثنان أو أكثر في بعض من هذه المواقف ويختلفون في البعض الآخر. ونظراً لاختلاف وتباعد تلك المواقف بين اللاعبين، إذن لابد منأخذها بنظر الاعتبار عند البدء بالتوجيه، أي أن يراعي الموجه هذه الفروقات عندما يريد القيام بالتوجيه فضلاً عن الحالة أو المشكلة النفسية التي يمر بها اللاعب والتي حددت مسبقاً لغرض معالجتها والتخلص منها وبعدها يستطيع اللاعب من إعادة توازنه واستقراره وبالتالي أداء واجباته بشكل جيد (محمود الهيتي 2012 ص 45-46)

4-2- النقاط الأساسية التي تتحققها عملية التوجيه .

- يتمكن اللاعب من معرفة نفسه بما يمتلكه من قدرات واستعدادات وميل
- فهم واستيعاب المشاكل والصعوبات التي يمر بها .
- فهم البيئة المادية والاجتماعية .
- الاستفادة من إمكاناته بيته وإمكاناته الشخصية لرسم وتحديد الأهداف بصورة منطقية
- تطور شخصية اللاعب إلى أعلى درجة بما يتلاءم ويناسب مع ما يمتلكه من إمكانات ذاتية وإمكانات المحيط الذي يعيش فيه
- التكيف مع نفسه ومع مجتمعه.

4-3- أنواع التوجيه :

- التوجيه النفسي .
- التوجيه التربوي .
- التوجيه المهني .

4-3-1. التوجيه النفسي:

يعرف «مايلر» التوجيه (بأنه عملية تقديم المساعدة للأفراد؛ لكي يصلوا إلى فهم أنفسهم واختيار الطريق الصحيح والضوري للحياة وتعديل السلوك لغرض الوصول إلى الأهداف الناضجة والذكية والتي تصحح مجرى الحياة) أما «دونالدج مورتنس» فقد عرفه بأنه: (ذلك الجزء من البرنامج التربوي الكلي الذي يساعد على بيئة الفرص الشخصية وعلى توفير خدمات متخصصة بما يمكن كل فرد من تنمية قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن). (محمود الهيتي 2012 ،ص 47)

4-3-2. التوجيه التربوي :

يعرفه «مايزر» (بأنه العملية التي تم بالتوافق بين الفرد بما له من خصائص مميزة من ناحية والفرص الدراسية المختلفة والمطالب المتباينة من ناحية أخرى .(أو هو تقديم المساعدة للطلاب؛ للتعرف على مشكلاته والاهتمام به من خلال معرفة ذاته وامكاناته حتى يستطيع وضع الحلول المناسبة لهذه المشكلات ، وكذلك اعتماد بعض الأمور التي من خلالها يحقق ذاته.

4-3-3. التوجيه المهني:

هو (العملية التي يساعد الفرد على أن يختار مهنة من المهن فيؤهل لها ويدخلها ويرقى فيها). ويقصد به أيضاً معاونة الفرد أو الرياضي على أن ينسجم ويتلاءم ويتكيف مع المحيط الذي يعيش فيه بكل مفرداته الثقافية والاجتماعية ، ويستطيع الاعتماد على نفسه في وضع الحلول لمشكلاته الخاصة ويتخذ قراراته وموافقه بنفسه .أو هو مساعدة الفرد على اختيار المهنة التي تناسب قدراته واستعداداته وميله ودوافعه وخططه بالنسبة للمستقبل أي آماله وتطلعاته والتي تتفق ومستوى ذكائه العام. وعلم النفس يحاول أن يساعد الفرد على اختيار مهنته بواسطة تطبيق اختبارات تنبؤية ثابتة وصادقة غير انه يسعى لتحسين تكيفه طبقاً لإمكانياته الذاتية وتبعاً لفرص البيئة المتاحة. وقد حدد Ordiorne «ثلاثة عوامل تتدخل في تحديد عملية التوجيه.

هي :

1 . اهتمام شديد بالهدف الواجب تحقيقه .

2 . الحزم في اتخاذ القرار .

3 . حسم الموقف والصبر بما يتضمنه من تحمل الآخرين. (محمود الهيتي 2012 ،ص 49)

4-4-4- أهداف التوجيه والإرشاد النفسي :

يتحقق التوجيه والإرشاد النفسي الأهداف التالية :

أولاً: بناء مفهوم الذات :يسعى التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي إلى تنمية وبناء مفهوم الذات إيجابياً والتي تمثل الأساس لبناء الشخصية. ويقول «كارل روجرز» إن الفرد لديه دافع أساسي يوجه سلوكه وهو دافع تحقيق الذات، ونتيجة لوجود هذا الدافع فإن الفرد يكون مستعداً لتنمية فهم ذاته ومعرفة وتحليل نفسه وفهم استعداداته وإمكاناته، أي تقييم نفسه وتقويمها وتوجيهه ذاته. ويركز الإرشاد النفسي غير المباشر أو المركز حول العميل أو المركز حول الذات على تحقيق الذات إلى أقصى درجة ممكنة وليس بطريقة الكل أو الجزء.

ثانياً: الوصول إلى تحقيق التوافق :يهدف التوجيه والإرشاد النفسي إلى الوصول بالفرد قدر الإمكان لتحقيق التوافق مع ذاته أولاً ومع البيئة التي يتعيش معها ثانياً. وأن هذا التوافق والانسجام يجعله قادرًا على القيام بالأعباء اليومية والعمل وإنجاز كل المتطلبات دون صعوبات.

إذ إن هذا التوافق يشتمل على عدة موضوعات نذكرها فيما يأتي :

- 1- التوافق التربوي: أي مساعدة الطلبة المسترشدين مع التحصيل الأكاديمي ومن قدراتهم وموهبتهم .
- 2- التوافق الشخصي: الرضا عن الذات وإشباع الحاجات الأولية للطالب المسترشد بحيث يتحقق التوافق بين الطالب ومتطلبات المرحلة التي يعيشها.
- 3- التوافق الاجتماعي: التمسك بالقيم والعادات والتقاليد الخاصة بالمجتمع والسعى للخير ويضمن توازن الطالب مع أسرته والمجتمع
- 4- التوافق المهني: (اختيار المهنة المناسبة والتهيؤ والاستعداد لها والدخول فيها والإنجاز والكفاءة والشعور بالرضا وتحقيق النجاح) (محمد الهيثي 2012 ،ص 59)

ثالثاً: الحصول على الصحة النفسية :

يعد تحقيق الصحة النفسية هدفاً أساسياً للإرشاد، وان تحقيق سعادة الفرد والصحة النفسية حالة دائمة نسبياً، حيث يكون الفرد متوافقاً نفسياً ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين.

رابعاً: تحقيق العملية التربوية :يهدف التوجيه والإرشاد النفسي إلى تحقيق نفسي وصحي نفسي يتحقق فيه الطالب احترامه كفرد وعضو في جماعة سواء كان ذلك في المدرسة أم خارجها، مستغلاً النواحي التربوية وإشراك الطالب في العملية التعليمية بشكل فاعل.

خامساً: القدرة على اتخاذ القرار :يتحقق التوجيه والإرشاد النفسي جانب مهم وایجابي للطالب ويوصله إلى حالة يستطيع فيها على حسم المواقف واتخاذ القرار في الأمور المهمة، من خلال تقديم العون والمساعدة للأفراد وتطبيق سمات الشخصية. (محمد الهيثي 2012 ،ص 60)

ويمكن تحديد أهداف التوجيه والإرشاد النفسي بشكل عام بالنقاط الآتية :

- 1- توجيه الطالب وإرشاده في جميع النواحي النفسية والأخلاقية والاجتماعية والتربوية والمهنية؛ لكي يصبح عضواً صالحاً في بناء المجتمع وليحيا حياة مطمئنة راضية .
- 2- بحث المشكلات التي يواجهها الطالب سواءً أكانت شخصية أم اجتماعية أم تربوية، والعمل على إيجاد الحلول المناسبة ، وتوفر له الصحة النفسية .
- 3- العمل على توثيق الروابط والتعاون بين البيت والمدرسة؛ لكي يصبح كل منهما مكملاً وامتداداً للآخر؛ لتهيئة الجو المشجع للطالب؛ لكي يواصل دراسته .
- 4- العمل على اكتشاف مواهب وقدرات وميول الطلاب المتفوقين أو غير المتفوقين على حد سواء والعمل على توجيه واستثمار تلك المواهب والقدرات والميول فيما يعود بالنفع على الطالب خاصة والمجتمع بشكل عام .
- 5- إيلاف الطالب الجو المدرسي وتبصيرهم بنظام المدرسة ومساعدته قدر المستطاع للاستفادة القصوى من برامج التربية والتعليم المتاحة لهم وإرشادهم إلى أفضل الطرق للدراسة والمذاكرة.

6- مساعدة الطالب على اختيار نوع الدراسة والمهنة التي تتناسب مع مواهبيهم وقدراتهم وميولهم واحتياجات المجتمع، وكذلك تبصيرهم بالفرص التعليمية والمهنية المتوفرة لترويدهم بالمعلومات وشروط القبول الخاصة حتى يكونوا قادرين على تحديد مستقبلهم آخذين بعين الاعتبار اشتراك أولياء أمورهم في اتخاذ مثل هذه القرار.



- 7- الإسهام في إجراء البحوث والدراسات حول مشكلات التعليم في المملكة، على سبيل المثال مشكلة التسرب وكثرة الغياب وإهمال الواجبات المدرسية وتدني نسب النجاح في المدرسة ... إلخ
- 8- عمل على توعية المجتمع المدرسي «الطالب والمدرس والمدير» بشكل عام بأهداف ومهام التوجيه والإرشاد ودوره في التربية والتعليم.

4-4- مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي للرياضيين :

عبارة عن عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين في التغلب على المشاكل والصعوبات التي تعوق تقدمهم من أجل تحقيق أقصى نمو لإمكاناتهم البدنية والمهارية والنفسية. (محمد الهيبي 2012، ص 60-62).

وإن نجاح هذه العملية يتوقف على مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي التالية:

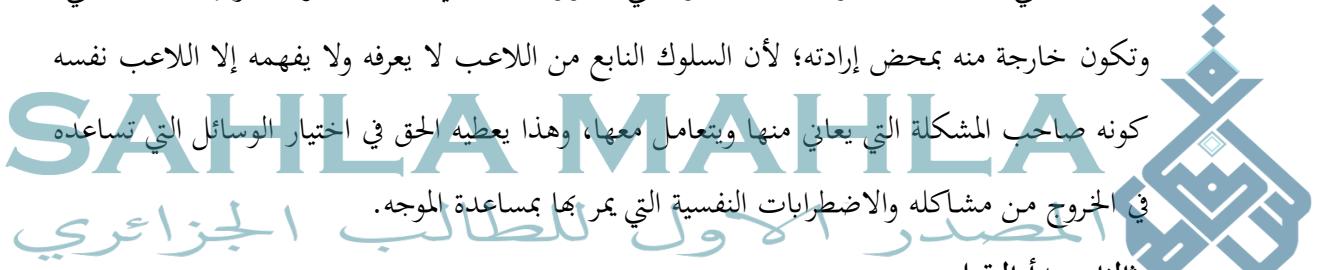
أولاً: مبدأ الاستعداد للتوجيه :

يتوقف هذا المبدأ على مدى استعداد اللاعب للتوجيه واستقبال المعلومات التي يؤكد عليها الأخصائي النفسي، وعليه أن يثق بالأخصائي النفسي ويحاول مساعدة نفسه أولاً من خلال الاستعداد لاستلام التوجيهات والنصائح والإرشادات . يبدأ دور الأخصائي النفسي باستشارة وتحفيز اللاعب وجلب انتباذه نحوه وبالتالي جعله يركز كل اهتمامه وانتباذه إلى ما يقوله حيث يستطيع التأثير فيه . وينجح هذا المبدأ من خلال البيئة العوامل التالية :

- دعوة اللاعب الذي يحتاج إلى التوجيه ومقابلته لبدأ عملية التوجيه والإرشاد من خلال بناء علاقة شخصية متينة بين الأخصائي النفسي واللاعبين .
- اندفاع اللاعب ورغبته في الحصول على التوجيه والإرشاد النفسي .
- البيئة الجو المناسب والمهدئ والمريح للاعب؛ لكي يعطيه الحرية والشجاعة لطرح مشاكله.

ثانياً: حق اللاعب في تقرير مصيره بنفسه :

يعطي هذا المبدأ الحرية الكاملة للرياضي لتقرير مصيره في عملية التوجيه والإرشاد النفسي، وتكون خارجة منه بمحض إرادته؛ لأن السلوك النابع من اللاعب لا يعرفه ولا يفهمه إلا اللاعب نفسه كونه صاحب المشكلة التي يعاني منها ويتعامل معها، وهذا يعطيه الحق في اختيار الوسائل التي تساعده في الخروج من مشاكله والاضطرابات النفسية التي يمر بها بمساعدة الموجه .



ثالثاً: مبدأ التقبل :

المقصود بمبدأ التقبل هو تقبل اللاعب للموجه وتقبل الموجه للاعب ، ويعتمد نجاح هذا المبدأ على مدى تقبل اللاعب للموجه، وعليه يجب البيئة الموقف المناسب فضلاً عن دعمه وتشجيعه ورفع معنوياته حتى يتمكن من احتواه، وبالتالي تحقيق النجاح.

رابعاً: مبدأ اعتبار التوجيه عملية تعلم :

إن عملية التوجيه عملية تعلم إذ يتعلم اللاعب منها اتجاهات وقيم وأنماط سلوكية جديدة، ويتعلم طرق جديدة لمعالجة ما يعترضه من مشكلات.

خامساً: مبدأ الاهتمام باللاعب كعضو في فريق :

يجب التركيز في توجيه اللاعب على أنه عضو في فريق «جماعة» ويتميز بصفات وسمات شخصية غير موجودة عند غيره، مع التأكيد على دوره في المجتمع من خلال عمله في النادي أو الجامعة أو الأسرة لأن هذه الجماعات تعد الجانب الأساس في التوجيه.

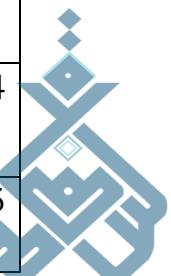
سادساً: مبدأ الاستمرارية بالتجهيز :

يجب ديمومة عملية التوجيه وجعلها مستمرة دون انقطاع إذ إنما تتميز بالاستمرارية. (محمود الهيتي 2012 ،ص 63-64)

جدول (3) يوضح مقارنة بين التوجيه والإرشاد النفسي

الإرشاد	التوجيه
الإرشاد يأتي بعد حصول عملية التوجيه .	التوجيه يسبق الإرشاد وبهيئة ويعهد له .
تم الحصول على المعلومات من خلال المقابلة.	يتم جمع المعلومات بعدة وسائل منها(المدرسين، الاختبارات، المقاييس)
الإرشاد هو علاقة بين شخصين المرشد والمسترشد.	التوجيه عبارة عن علاقة بين الموجه ومجموعة من الرياضيين
الإرشاد فرع من فروع عدة فروع.	التوجيه مصطلح رئيسي يتفرع منه التوجيه
يهتم بالنواحي النفسية	التوجيه يهتم بالمحلات التربوية والمهنية المباشرة

التصدر الأول للطالب الجزء الأول



4-5-السجلات بعملية التوجيه والإرشاد النفسي للرياضيين :

من أجل تحقيق الواجبات الخاصة بالأخصائي النفسي الرياضي في معالجة الحالات النفسية للرياضيين عليه معرفة العديد من الأمور عنهم والحالة التي يمرون بها، ويطلب ذلك توافر معلومات عن الرياضيين الذين سيتم توجيههم وإرشادهم، إذ يقوم الأخصائي النفسي بتدوين هذه المعلومات في سجل خاص، وهذه المعلومات متمثلة بالنقاط التالية:

1- بيانات عامة :

يسجل الأخصائي النفسي كل ما يتعلق بالرياضيين الذين سيقوم بإرشادهم ويأخذ عنهم معلومات تتعلق بعوائلهم وأصدقائهم وأقاربهم وأعضاء الفريق والمدرب والكادر الإداري والفنى، وهذه المعلومات تعطى تصوراً واضحاً لحالة الرياضيين.

2- معلومات عن شخصية اللاعب :

يسعى الأخصائي النفسي الرياضي إلى تسجيل معلومات مهمة وضرورية تتعلق بشخصية الرياضي، وخاصة ما يتعلق بالنواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية ومستوى اللاعب الفني والخططي وكل ما يتعلق بحالات الانفعال والتوتر والشد والاضطرابات.

3- دوافع و حاجات اللاعب :

التعرف على حاجات ودوافع وميول الرياضي وحياته المعاشرة ومفهوم الذات والحالة الصحية له كلها تلعب دوراً مهماً في وضع برنامج للعلاج من الأخصائي النفسي الرياضي لمعالجة الرياضيين الذين يعانون من حالات نفسية تتطلب تدخل ذوي الاختصاص، وهذه المعلومات التي ذكرت تعطي صورة واضحة للأخصائي النفسي؛ لكي يضع المعالجات الصحيحة وبالتالي يحقق الأهداف التي يسعى الوصول. (محمود الهيبي 2012 ،ص 68)

4- دور المدرب في توجيهه وإرشاد اللاعبين :

للمدرب دور مهم في عملية توجيهه وإرشاد اللاعبين ونجاح هذه العملية تتوقف على نجاح العلاقة بين المدرب واللاعب، ويتبنى المدرب هذا الدور في حالة عدم وجود الأخصائي النفسي الرياضي ويعتمد هذا على إمكانيات واستعدادات المدرب وخبراته وإلمامه بموضوع الإرشاد والتوجيه من خلال الدورات التطويرية؛ لكي يتأهل للقيام بدور المرشد. **الإصدار الأول للطالب الجزاري** وقبل أن يبدأ المدرب بعملية التوجيه والإرشاد للاعبين يجب معرفة الأمور الآتية:

1- معرفة تاريخ حياته .

2- معرفة قدراته العقلية

3- مستوى الدراسى .

4- إمكاناته واستعداداته الخاصة .

5- ميوله واتجاهاته .

6- اتجاهاته النفسية .

7- شخصيته .

8- بنيته وحالته الجسمية .

9- وضعه وحالته الاجتماعية .

10- حالته الاقتصادية .

11- مشاعره وعواطفه . وبعد أن يتعرف المدرب على كل هذه الأمور عن اللاعب ويدونها في سجله الخاص يبدأ بالخطوات التالية : أولاً: التحليل.

ثانياً: التنسيق .

ثالثاً: التشخيص .

رابعاً: التنبؤ بالنتائج .

خامساً: الإرشاد الفردي

سادساً: التتبع(محمود الهيتي 2012 ،ص 69-70)

7-4- تخطيط برامج التوجيه والإرشاد :

7-4-1. التخطيط :

هو عملية عقلية في أساسها وميل ذهني إلى أداء الأشياء بطريقة ممتعة، فالخطيط تفكير قبل الأداء في ضوء الحقائق لا التخمين. أو هو قراءة عملية دقيقة لواقع ومستوى النشاط في المستقبل وحشد كافة الإمكانيات والطاقات من أجل نجاحه معتمداً على الدراسات والحقائق والمعلومات والنتائج السابقة .

7-4-2. البرنامج :

هو الخطوات التنفيذية في صورة أنشطة تفصيلية من الواجب القيام بها لتحقيق المهدى . إن أي عمل أو نشاط يراد له النجاح وتحقيق الأهداف يجب أن يبرمج ويخطط وينظم على وفق أسس موضوعية وعلمية لهذا يصمم ويخطط برنامج معين للتوجيه والإرشاد يتضمن المفردات الأساسية التي تحقق التوافق والتطور للرياضيين من خلال مجموعة الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة والتي تقدم للرياضيين من أجل حصول التوافق النفسي والمهني .

وتقديم هذه الخدمات بشكل صحيح ومبرمج يحقق فوائد عديدة منها

1- من خلال البرنامج المنظم يستطيع المرشد تخصيص وقت كافٍ للتوجيه وإرشاد الرياضيين .

2- البرنامج المنظم يؤدي بالمرشد إلى استخدام أفضل الطائق العلمية لجمع المعلومات عن الرياضيين

3- يعطي البرنامج الواضح والمنظم أهمية كبيرة ودعم واسع للمدربين أو القائمين على عملية التوجيه والإرشاد للقيام بمهام عملهم .

4- إن نجاح البرنامج من خلال تضمينه الجوانب الإرشادية والتوجيهية التربوية والنفسية يسهل على المتلقى استقبال هذه الخدمات بشكل متوازن. (محمود 2012 ،ص 71)

5-الموهبة.

1-5-مفهوم الموهبة (الأطفال الموهوبين):

الأطفال الموهوبين و هم فئة اللامعين من الأطفال الأذكياء الذين يتفوقون تفوقاً واضحاً من الناحية العقلية على أقرانهم في القسم الواحد.

-الموهوبين لا يختلفون في مظاهرهم عن أقرانهم في المدارس العادية ، ولو لا مقاييس الذكاء التي تكشف عن قدراتهم لما اتضح لنا ما هم عليه من موهب و ذكاء رفيع.

-وقد استعمل الباحثين مصطلحات متعددة للطفل الموهوب نذكر منها: العبقي، المتفوق، النبيه.

-استخدم "بيترمان" - التفوق العقلي - بمعنى العبرية ، والتي تظهر في الحصول على نسبة ذكاء 140 فأكثر في اختبار ذكاء فردي .

-استعمل علماء النفس المصطلح - التفوق العقلي - للدلالة على التفوق في كل الميادين التي يقدرها المجتمع (دراسة نفسية مقارنة بمدينة وهران-الجزائر - رسالة ماجستير - 49) و بالتالي عموما :

-الموهبة هي قدرات عقلية عالية جدا (عقل، 1981، 58)

-ويقول الروسي "كريفتون" (1961) في تعريفه للموهبة بأنها: "طاقة بشرية يتم التعبير عنها و تنميتها في أنشطة معينة تحتاج إلى هذه الموهبة" (مكتب التربية العربي لدول الخليج، 1997، 173).

5-2.مفهوم الموهبة الرياضية :

هناك عدة محاولات لإعطاء تعريف واضح و شامل للموهبة الرياضية و بصفة عامة ، و قد

وضَّح "جوش" مفهومين ترتكز عليهما الموهبة الرياضية :

5-1.المفهوم الثابت: و الذي تحدد فيه الموهبة في أربع نقاط:

-مستوى القدرات العامة للرياضي .

-الحيط الاجتماعي الذي يوفر الإمكانيات العامة لظهور و تطور الموهبة.

-الإرادة الكامنة داخل الرياضي ذاته.

-النتائج النهائية و القياسية التي يصل إليها الرياضي .

5-2-2.المفهوم الديناميكي: يرتكز أساساً على النقاط التالية:

-التطور و التقدم الفعال لمجموع التقنيات الخاصة للرياضي .

-المتابعة المستمرة لتحسين مجموع التقنيات.

-المتابعة البيداغوجية العامة.

و انطلاقا من هذين المفهومين (الثابت و الديناميكي) يستخلص "جوش" أن الموهبة هي جملة من التطورات التي يمكن أن نعطيها المفهوم التالي:

"هي الاستعدادات و القدرات الفعالة المميزة للرياضي ، من تقنيات أداء و مهارات ذات المستوى العالي المتميزة، التي تبلغ أعلى مدى من التطور من خلال المتابعة و المراقبة البيداغوجية المستمرة".

كما أن الموهبة عند الطفل أو اليافع هي مجموعة من المميزات الالازمة التي يمكنها أن تتطور تحت ظروف معينة في رياضة ما. و يمكن أن تكون هذه الاستعدادات فطرية أو مكتسبة ، و بشكل خاص الموهبة الرياضية هي حالة استثنائية متناثرة في الأداء التقني مقارنة مع الحالات الأخرى (Jurgen

(Weinech.p.89

3-2-5. الموهوب الرياضي:

يقول "اروين هان" في تعريفه للموهوب الرياضي "هو الذي يملك قدرات ذات مستوى علي فوق المتوسط في جميع التخصصات الرياضية" (Erwinhaln.p.98).

أما "فاینک" فيعرف الموهوب كفؤ و مؤهل ، يظهر ذلك في تفوقه على مؤهلات متوسطة بالإضافة إلى تطوره الكلي".

ويعرف ايضا "الموهوب الرياضي" متميز بامتلاك مهارات و قدرات مختلفة في ميادين مختلفة

تساعده على تحقيق نتائج رياضية عالية" (Weink.p386-389)

5-3. طرق البحث عن الموهاب الرياضية:

هناك طريقتان للبحث عن الموهاب الرياضية

1-الطريقة الطبيعية و التي تعتمد على الملاحظة (البساطة)

2-الطريقة العلمية و التي تتعلق بالعالم اليولندي (بليك)، التي تتضمن ثلاث مراحل:

أ-يدعو المدربون و المدرسوون الأطفال الصغار للالتحاق بجموعات تدريب الصغار وذلك لتعليمهم المهارات الأساسية للأنشطة الخاصة.

ب- أثناء التدريب الأساسي تظهر المواهب المناسبة و المرتبطة بالعمر البيولوجي و الصحة والذكاء و الشخصية(الانضباط و المسؤولية ...الخ) و الخلفية الاجتماعية، ويتم فصل هؤلاء ووضعهم في مجموعة تدريب خاصة.

ج- يتم الإختيار النهائي لذوي الاداء العالي استنادا الى المعايير الآتية:
-الخصائص الشخصية (الحماس أو العزيمة) و الإتزان النفسي، وتوفر القدرات الفيزيولوجية الخاصة بالأنشطة المعينة.

-سرعة التعلم و التكيف للمهارات الخاصة.
-قدرة العمل الوظيفي .

و بالرغم من أن هناك اراء مختلفة بالنسبة لأفضل الطرق المستخدمة لإختيار المواهب و السن الأمثل للتخصص فإن معظم الباحثين يوافقون على ما يلي:

-يجب أن يخطط للإختيار جيدا و بشكل متقدم.

-القدرات البدنية يجب أن تحدد على أساس العمر البيولوجي.
-الخصائص الفطرية أو الوراثية لها أهمية قصوى.

SAHLA MAHLA
الإصدارات الأولى للطالب الجزائري
(د. حلمي - د جابر بريقع، 1997. 287. 286)



5-4. تشجيع الموهبة الرياضية:

يُسمع عن تشجيع الموهبة الإجراءات التي يجب أخذها لتطوير الكفاءات و التقنيات الخاصة بنظام ما، خاصة عند الرياضيين الشباب و الناشئين.

1-4-5. مبادئ تشجيع الموهبة :

الإشكالية الأساسية المرتبطة بالموهبة هي التشجيع، وذلك بعد إجراء عملية الكشف، التمييز، الانتقاء، و الحفاظة على الموهبة.

وقد وضع "جوش" مبادئ لتشجيع الموهوبين، نذكر منها:

- المعالجة الديناميكية للموهوب، و التي تتحقق عن طريق التدريب المنظم و التشخيص الدقيق للعناصر البارزة دون الاعتماد على وساطة أثناء الانتقاء.
- التدريب المستمر يعد من الأجزاء الكاملة لتشجيع الموهوبين .

- تشجيع الموهبة لا يعتمد على متابعة مستوى الأداء التقني فقط ، بل يرتبط بجوانب أخرى متعلقة بشخصية الموهوب كالذكاء ، اللياقة البدنية ، و انسجام الشخصية .
- تحسين الظروف الاجتماعية للرياضي عن طريق الحوافز المادية من أجل حثه على العمل أكثر.
- وضع برنامج من أجل كشف المواهب المميزة في سن مبكر بغية توجيههم و الاعتناء بهم ، و يرى المختصون أن أنساب سن هو (6-12 سنة) .
- قيام المدرب أو الممرن بتشجيع المواهب ، خاصة المتطورة منها من خلال إبراز القدرات الخفية عن طريق التمارين المكثفة و الأساسية مع إعطاء هامش من الحرية للرياضي.
- المشاركة و التعاون بين المؤسسات التربوية و النوادي الرياضية قد تكون مثمرة من أجل تشجيع الموهبة .
- إن تطور الموهبة الرياضية يتميز بشبكة مترابطة مع بعضها البعض بين المميزات البدنية و النفسية و الاجتماعية وتشجيع الموهبة الرياضية يجب أن يمسها كلها.
- واحد من أهم المبادئ في تشجيع الموهبة الرياضية هو أن التدريب و المنافسة تكملان بعضهما، و تظهر أو تتضح عبر المنافسة و دوافعها المحددة لحجم و كثافة التدريب.
- تشجيع الواجب الرياضية موجه نحو الوصول إلى النتائج الفردية العالية ، بتحضير متواصل على المدى الطويل، في إطار تدريب نظامي. (Jurgen Weinech.p.91) .

4-4-5 طرق تشجيع الموهبة الرياضية:

حسب "جوش" توجد طرق مختلفة لتشجيع المواهب:

- ترك الموهبة تتتطور ذاتيا:** هذا المبدأ يعتمد على مخزون المواهب الحقيقة في كرة (القدم ، السلة ، اليد ، الطائرة... إلخ) و التي نجدها في الشارع عن طريق ترك اليافع أو الطفل يحسن مواهبه الرياضية بطريقة ذاتية و غالباً ما تكون بسرعة هائلة .
- تقيد هامش الحرية:** يوضح(موكر) هذا المبدأ عن طريق فرض حمولات تدريبية عالية من أجل فرض التطور البيولوجي ، على أن تبدو الزيادة في الحمولة طبيعية ، مثل المثابرة و المواظبة على التدريبات و الزيادة في حجمها بالنسبة للرياضي ، مع اختيار أفضل سن مناسبة للتعلم الحركي، و خاصة التقني ، بهدف جعل الرياضي يكتسب التقنيات الصعبة(خاصة في رياضات الغطس ، الجمباز).

الاعتماد على التعددية في تكوين الموهبة : يقصد بهذا إتباع طريقة ثابتة لحاولة اكتساب الموهوب أفضل تطور تقيي و حركي ، للوصول إلى أفضل النتائج في مختلف التخصصات من التكوين العام إلى محتوى التدريب الخاص.

Jurgen وللوصول إلى مسعى تشجيع الموهوب يفضل العمل بهذه العناصر الثلاثة معا (Weinech.p.90

5-5. خصائص الموهوبين :

يعرف الدكتور فاخر عاقل (1968) بين الطفل العقري و الطفل الموهوب ، و يرى بأن الموهوب هو ذو الذكاء العلي الذي يفوق معدله (14.00) ، أما العقري فهو الطفل المتميز بالذكاء المبدع من بين الموهوبين (محمد القذافي ، 2000، 8-12).

ويعرفها "مارلاند Marland": لقد تم تعريف الأطفال ذوي الموهاب و القدرات بأشخاص مؤهلين ذوي قدرات ، و أيضا قادرين على الأداء العالي و السامي ، هؤلاء المزودين ببرامج عادلة لكي يدركوا إسهاماتهم بالنسبة لأنفسهم و مجتمعهم ، هؤلاء الأطفال ذوي إنجازات و قدرات مساهمة في المجالات

الآتية:

SAHLA MAHLA 
الإصدار الأول للطالب الجزايري
-القدرة الفعلية العامة .
-القدرة الأكاديمية المحددة .
-التفكير الإبداعي .
-قدرة و موهبة القيادة .
-فنون الأداء الفني .
-قدرة الحرك الباعث النفسي (عبد الرؤوف، 2005، ص 52-53).

ويعتبر تحديد خصائص الموهوبين على درجة من الأهمية في المساعدة على اكتشافهم و تحديد موهبهم الفائقة ، حسب "اروين Erwin" العوامل التالية تلعب دورا أساسا في معرفة خصائص الموهوب و هي :

5-5-1. الخصائص البيومترية: يتميز الموهوبون بظاهر نمو جسمي متميزة أهمهما أثمن :

- أكثر طولا و أكثر وزنا و أقوى ، أكثر حركية .
- يتمتعون بصحة جيدة : تفوق زملائهم العاديين .
- توجد علاقة بين الأنسجة العضلية و الأنسجة العصبية (الذهنية).

5-5-2. الخصائص البدنية: نقصد بها المداومة الهوائية و اللاهوائية ، سرعة رد الفعل ، قوة السرعة، القوة الديناميكية ، المرونة ، التوافق الحركي.

5-5-3. الخصائص النفسية و الحركية : و نعني بها قدرات التوازن ، الرشاقة، القدرة التقنية بالكرة و بدنها.

5-5-4. الخصائص الاجتماعية : نجد المهووبين:

-أكثر تواافق مع الزملاء و تنظيم الفريق و قيادته .

-أكثر استقامة مع أفراد مجتمعه (الزملاء، المدرب ، الأسرة).

-يشعرون بتأكيد الذات و متعاونين ، أكثر حساسية لروح الفكاهة ، قبول الدور الملعوب (1987.p.88 Erwin) .

6- علاقة التقويم بالانتقاء الرياضي

تمهيد:

تعتبر عملية التقويم من أهم العمليات في إبراز القدرات و تحقق من مختلف الكفاءات و المهارات حيث نلاحظ أن هذه العملية ظهرت منذ العصور الأولى و لقد استعملت في مختلف المجالات والميادين وعند العديد من الشعوب ، أما في الميدان الرياضي فتستعمل في تقدير القدرات البدنية والمهارية و النفسية وغيرها من القدرات التي يتمتع بها الرياضي ، و يستعمل التقويم و الانتقال في جميع الرياضات سواء كانت جماعية أو فردية.

و أما عملية الانتقاء من الوسائل التي تساعده على الارتفاع بالنادي إلى أعلى المستويات خلال المباريات ، أو خلال المنافسات و الدورات ، و إذا لم تستعمل هذه العملية قد يكون إدخال اللاعبين هناك بطريقة عشوائية غير منتظمة أو علمية مما يؤثر سلبا على المستوى الإجمالي للفريق .

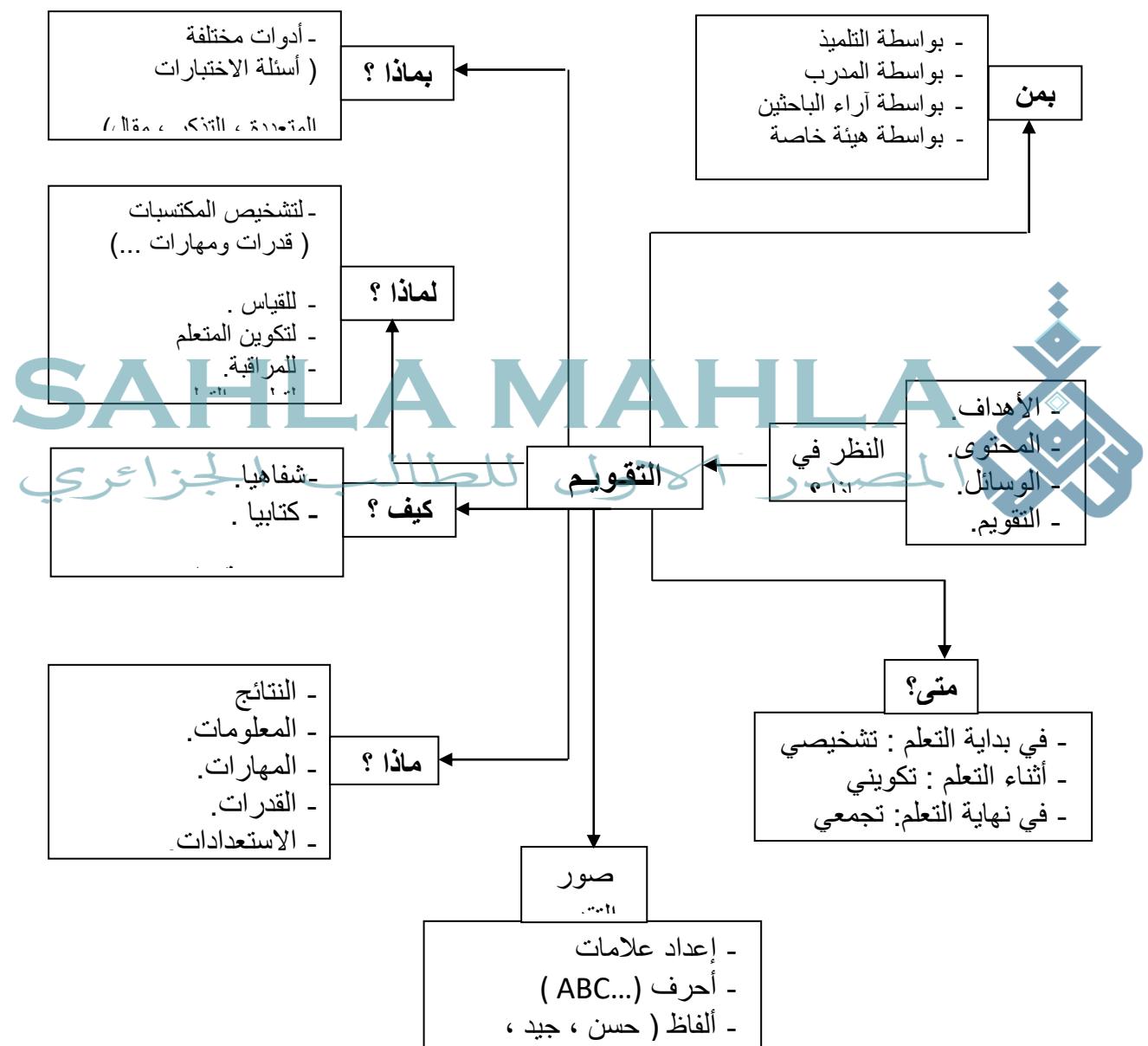
6- التقويم:

6-1.. مفهوم التقويم:

التقويم في التربية البدنية والرياضة " Physical Education And Sport " يتضمن تقديرًا لأداء التلاميذ و اللاعبين ، ثم إصدار أحكام على هذا الأداء في ضوء إعتبارات محددة لمواصفات الأداء.

كما أنه يتضمن أيضاً تقويم مقدار الحصيلة **Outcome** التي تعبر عن التغيرات التي تم الوصول إليها عن طريق ممارسة برامج التعليم أو التدريب كما أن التقويم يتضمن في التربية البدنية إصدار أحكام على البرامج و المناهج و طرق أساليب التعليم و التدريب و الإمكانيات و كل ما يتعلق بتعليم المهارات الحركية و القدرات البدنية و أساليب و طرق اللعب و يؤثر فيها و رغم تعدد الأنشطة الرياضية و كثرتها إلا أن التقويم قد طرقها جميعاً دون إستثناء فصيغتها بالصيغة العلمية التي هيأت لها الطريقة السليم للتقدم و الرقي . (محمد صبحي 1979م.ص 39).

كما يمكننا أن نلخص عملية التقويم بالخطط الموجة (محمد شارف 1995 ص 115).



الشكل (3): يلخص موضوع وأنواع وأدوات التقويم

6-2. أهمية التقويم :

للتقويم عدة أهميات نذكر منها :

- التقويم يحدد قيمة الأهداف التدريبية و يوضحها.
- تحديد الصعوبات التي توأكِّب تنفيذ المنهج و معرفة الظروف التي تعيق العملية التدريبية و التي تحول دون تحقيق الأهداف .
- تحديد عناصر المنهج و الممثلة في الأهداف و المحتوى ، وكذلك الطريقة التي تراعي قدرات اللاعبين و إمكانياتهم و استعداداتهم .
- تحديد كون عناصر المنهج تراعي المستويات التي وصل إليها اللاعبون أم لا .
- تحدد مستويات اللاعبين و مدى استفادتهم مما تعلموه .
- إن التقويم يلقي الضوء على كثير من الجوانب الأساسية التي تتعلق بالمنهج التدريسي أو التعليمي و هل يحقق الغرض أم لا . (محمد صبحي ص: 39.)

6-3. أسس التقويم :

إن التقويم يرتبط بأهداف و ينسق معها و يهتم بنفس الجوانب التي تؤكدتها ، فإن ابتعدنا عن الأهداف فإن المعلومات المتحصل عليها غير صادقة .

SAHLA MAHLA 

- أن يكون التقويم مستمراً فيسير جنباً إلى جنب مع عملية التعلم و يتم بطريقة مستمرة و منتظمة فيبدأ بداية المنهج و يستمر فيه إلى آخره و لا يأتي في نهاية السنة .
- أن يقوم التقويم على أساس أي أن تتوفر فيه أدوات التقويم و هي الصدق ، الثبات و الموضوعية.
- أن يراعي في التقويم الفروق بين اللاعبين .
- أن يكون التقويم إقتصادياً في الجهد و الوقت . (قاسم المندلاوي 1989، ص: 29.)

6-4. أنواع التقويم :

أولاً: التقويم الموضوعي : ObjectiveEvaluation

وهو يتضمن عملية إصدار أحكام على قيمة الأشياء أو الأشخاص أو الموضوعات فإنه يتطلب للوصول إلى أحكام موضوعية استخدام المعايير أو المستويات أو المحکمات لتقدير هذه القيمة Value .

ثانياً: التقويم الذاتي **Egocentric Evaluation** :

لا يتوقف الإنسان عن التقويم و إعطاء قيمة لما يدرك ، إلا أن هذا التقويم في معظمها من النوع الذي يمكن أن نسميه « التقويم المتمرّز حول الذات **Egocentric** » و هو يعني أن أحكام الفرد تكون بقدر ارتباطها بذاته ، وهو يعتمد في إصدار هذه الأحكام على معايير ذاتية مثل المنفعة أو الألفة أو نقصان تحديد الذات أو اعتبارات المكانة الاجتماعية أو سهولة الفهم والإدراك .

و قد تكون أحكام الفرد في صورة قرارات سريعة لا يسبقها فحص و تدقيق كافيان ل مختلف جوانب الموضوع المقصود ، هذه الأحكام يمكن أن نسميها آراء **Opinions** أو اتجاهات **Attitudes** كما أنها تتصف أحياناً بكونها لا شعورية .

ثالثاً: التقويم الاعتباري **Subjective Evaluation** :

إن هذا النوع من التقويم لا يعتمد على المعايير و المستويات و المحددات بمعنى الإحصائي المفهوم ، ويكون في ضوء خبرات و آراء و اتجاهات القائمين بالقياس ...، و هناك العديد من الأنشطة الرياضية التي تعتمد على هذا النوع من التقويم يتم تقويمها في ضوء شروط موحدة ما أمكن يتم الاتفاق عليها مسبقاً بين الحكمين للاقتراب ما يمكن من الموضوعية و هو نوع أقرب من التقويم الذاتي عنه إلى التقويم الموضوعي (محمد صبحي، ص 39، 42).

6-5. كيفية استخدام التقويم :

إن التقويم عملية منضمة لها أنسابها و مبادئها و طرقها و أدواتها فهي تبدأ بوضع الأهداف ثم تحديد المستويات الراهنة ، والتقويم في التربية البدنية و الرياضية لا يقتصر على جانب واحد من جوانب شخصية الفرد ، لأن ذلك أعم و أشمل من كونها تعبّر عن نتيجة اختبار أو قياس واحد يقيس أو يختبر جانباً واحداً من جوانب شخصية الفرد المتعددة الأبعاد (بن قاب الحاج، 1998 ص 70).

6-6. مجالات استخدام التقويم :

يستخدم التقويم في عدة مجالات و خاصة في مجال التعليم و الذي يتضمن تحديد المستويات و السلوكيات ، إن التقويم في مجال التربية البدنية و الرياضية يتطابق مع المفاهيم السابقة حيث أنه يتضمن إصدار الأحكام على البرامج و طرق و أساليب التعليم و التدريب و الإمكانيات و كل ما يتعلق بالتعليم .

و التدريب على المهارات الحركية و ما يؤثر فيها . و على الرغم من تعدد أوجه النشاطات الرياضية إلا أن التقويم طرقها جمِيعاً متخدًا المنهج العلمي طريقة للوصول إلى الحقائق .

أما " بيوتشر " فإنه يقول عن التقويم و القياس في مجال التربية البدنية و الرياضية أن استخدام التقويم و القياس ييدو حتمياً إذا ما أردنا أن نتعرف على فائدة أو فعالية البرامج التي تدرس و ما يتم عن طريقها . و إذا أردنا التتحقق من أن هذه البرامج تحقق فعلاً للأغراض الموضوعية فمن أجلها فالقياس و التقويم أمور تساعد على التعرف على مواطن الضعف في الأفراد و البرامج كما أنها تبين قيمة التعليمات و مدى التقدم (قاسم المندلاوي ، ص: 26)

6-7. أدوات التقويم :

SAHLA MAHLA

المصدر الأول للطالب الجزايري



1. الاختبارات.
2. المقاييس.
3. الملاحظة الشخصية.
4. الاستفتاءات.
5. دراسة الحالة .
6. دراسة المهنة .
7. التقارير.
8. البطاقات التراكمية.
9. مقاييس التقدير المدرجة .
10. التسجيلات الشفهية .
11. الامتحانات الشفهية .
12. إختبارات المقال .
13. موازين التقدير .
14. السجل الاخباري .
15. التصوير الفوتوغرافي و الالكتروني .
16. مقاييس العلاقات .
17. الاختبارات الاسقاطية .
18. القوائم الضابطة و مقاييس الرتب .