

## المحاضرة العاشرة

## الإكتشاف والتوجيه والانتقاء في رياضة كرة اليد

## 1- تعريف الانتقاء:

يعرف عادل عبد البصير انتقاء الموهوبين رياضياً عن كل من زاتسيورسكي Zatsiyorisky وميزتسر Meztezer الانتقاء عملية يتم خلالها اختيار أفضل اللاعبين على فترات زمنية على المراحل المختلفة لاعداد الرياض

يعرف محمد صبحي حسانين (1999) الانتقاء الرياضي بأنه "اختيار العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات النجاح في النشاط الرياضي المعين"، أما أبو العلاء وآخرون فيعرفون الانتقاء (1998) بأنه "عملية يتم فيها اختيار أفضل العناصر من اللاعبين أو اللاعبات من خلال عدد كبير منهم خلال برنامج زمني ومراحل برامج الإعداد".

وتعرفه سعاد أحمد (2002) بأنه "عملية يتم من خلالها اختيار أفضل الناشئين أو الناشئات من خلال عدد كبير منهم طبقاً لمحددات معينة متعلقة بجميع الجوانب المؤثرة في المستوى الرياضي اعتماداً على الأسس والمبادئ والطرق العلمية".

ويذكر "زاتسيورسكي" بأن الانتقاء في المجال الرياضي هو عملية يتم من خلالها اختيار أفضل العناصر من اللاعبين في فترات زمنية متعددة، وفق مراحل الإعداد الرياضي المختلفة.

## 2- اهداف الانتقاء في المجال الرياضي:

لم تقتصر عملية الانتقاء على اكتشاف الموهوبين وتوجيههم الى الفعاليات الرياضية المناسبة لقابليتهم ، بل تضمنت الكثير من الأهداف من أبرزها:

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

- الاكتشاف المبكر للموهوبين ولذوي الاستعدادات والقدرات.

- توجيه الراغبين في الممارسة الرياضية الى المجالات المناسبة لميولهم واتجاهاتهم.

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

متعددة.

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

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

- زيادة الدافعية للممارسة الرياضية للتقارب والتجانس لمستويات مجموعة الأفراد بالوحدة والابتعاد عن التباين بينهم.

- تركيز عملية التدريب لتطوير إمكانيات وقدرات من يتوقع له تحقيق المستويات والإنجازات العالية.

- اختيار أفضل الأفراد في نشاط رياضي محدد لتكوين فرق للاشتراك في منافسة معينة.

- تطوير عمليات الانتقاء الرياضي ومراحله من حيث التنظيم والفعالية بالدراسات والبحوث العلمية المتواصلة.

### 3- القاعدة الأساسية في عملية التنقية لممارسة كرة اليد :

للحصول على نتائج ذات المستوى العالي في كرة اليد لا بد من حصرها في قدرات الوظيفية وسيكولوجية وفكرية الأطفال، ولهذا تكون عملية اختيار أطفال أذكى وعملية تحضيرهم من أجل بلوغهم المستوى العالي تعد العملية الأساسية لقاعدة الممارسة الرياضية والنظام والأسلوب الإيجابي في عملية التنقية والتوجيه يسمح لرفع القدرات الطفل وخلق لديه شروط مقبولة للتطوير الكلي لقدراته في التدريب أو التحضير.

### 4- نظام التنقية :

ان نظام التنقية يعد بمثابة عملية منتظمة من حيث طرق استعمالها ومن بين هذه الطرق نجد البيداغوجيا ومنها السيكولوجية والاجتماعية والطبية.

### 5- مراحل عملية التنقية في كرة اليد :

ان سيرورة عملية التنقية للأطفال تنقسم الى 3 مراحل :

➤ مرحلة التنقية الابتدائية للأطفال.

➤ مرحلة التحقيق المعمق للبراعم المنتقاة.

➤ مرحلة التوجيه.

## أ- : مرحلة التنقية الابتدائية للأطفال

إن المهام الأساسية والرئيسية لعملية التنقية الخاصة بالمرحلة الأولى تنحصر في الانخراط لممارسة كرة اليد لعدد كبير من الأطفال الأذكىء والبالغ سنهم من 09 الى 12 سنة فان تنقية الأطفال تقام خصيصا في المدارس أين يمكن الحصول على عدد اكبر من الأطفال واختيار الأطفال تكون وفقا لاختبارات تقام خصيصا حسب طبيعة الرياضة .

ان الاطفال المقبولين لممارسة كرة اليد لا بد من وضعهم تحت المراقبة الطبية الدقيقة مع الاتصال المباشر بالمدرّب الذي يقوم بوضعهم تحت المراقبة مرة كل ثلاثي وهذا للتأكد من قدرات الطفل مع مراعات مستوى تطور التحضير وإيقاع تطور القدرات البدنية في نهاية صيرورة التدريب السنوي.

## ب-مرحلة التحقيق المعمق للبراعم المنتقية :

تمثل مرحلة الانتقاء التوجيهي أو التخصصي المرحلة الثانية من مراحل الانتقاء وان المهام الأساسية والرئيسية تنحصر في التحقيق المعمق للبراعم المختارة مع احترام المتطلبات الحديثة لكرة اليد خلال 6 أشهر من تحضير يجب ان تكون هناك دراسة معمقة لقدرات الطفل تجاه كرة اليد (مستويات الأطفال) وللقيام بالاختيار في هذه المرحلة يسمح بمعرفة مستوى البرعم من الناحية الفردية والجماعية .

وهناك شروط اساسية وهامة لعملية التنقية للاعب كرة اليد وهي :

- المعرفة الخاصة للقدرات الحركية للاعب كرة اليد.
- قدرة الاستيعاب السريع في ظرف زمني محدد وعملية الإتقان السريع والمنتدج.
- كل الخصائص الفردية لا بد أن تدون في سجل خاص.

" ان المهمة الاساسية لهذه المرحلة موجهة نحو المراقبة المعمقة أثناء عملية التدريب والتحضير اين المدرّب

عليه ان يولي أهمية كبرى للتكوين "

## ج-مرحلة التوجيه :

خلال هذه المرحلة تجرى الاختبارات بصفة نهائية لمعرفة القدرات الفردية للاعب ومدى قدرته على إتقانها وتطويرها إلى غاية الوصول الى المستوى العالي وخلال هذه المرحلة نقوم بإجراء ملاحظات بيداغوجية واختبارات مراقبة

(طبية و سيكولوجية ... ) هدفها الرئيسي معرفة قوة وضعف التحضير بالنسبة للممارسين وكذلك في هذه المرحلة نشرع في الاختصاص حسب مختلف مناصب اللعب من الأخذ بعين الاعتبار قدرات اللاعب الفردية.

وهناك طرق لتقييم قدرات مستوى اللاعبين عن طريق التوافق الحركي (صفة الرشاقة) والتقييم من الناحية البدنية عن طريق اختبارات تهتم بالجانب البدني المتمثلة في الصفات البدنية التالية:



- القوة الطبيعية.
- اختبارات المرونة.
- اختبارات المداومة.
- اختبارات السرعة.
- اختبارات الرشاقة

#### 6- طرق التنقية وتكهن القدرات لممارسة كرة اليد:

المرحلة الأولى نستعمل المراقبة الطبية والاختبارات البيداغوجية البدنية والتقنية التي تسمح باختيار مستوى التطور للقدرة الحركية مع مراعاة الجانب المورفولوجي عن طريق مؤشر القامة لما له من أهمية.

#### أ- تقييم مؤشرات القامة :


أثناء عملية التنقية يجب علينا التركيز على أعلى مؤشر للقامة وفقا دائما للنتائج الحديثة لان هذا النوع من الأصناف هو الأكثر رغبة في ممارسة كرة اليد دون أن ننسى بان في بعض الأحيان طول الطفل لا يتناسب مع السن وحاليا وضعت معطيات خاصة بالقامة المفضلة عند رياضي كرة اليد حسب الجنسين وهي:

- 1.95م الى 2 متر للرجال .

- 1.77م الى 1.80 متر للنساء .

ومن خلال الملاحظات العلمية يمكن القول ان الناشئين المتفوقين في قياس الطول ، ومحيط الصدر ، وحجم الفخذين يظهرون نتائج ايجابية في كرة اليد ، ومع ذلك لا يمكن الجزم بان الناشئين ذوي المقاييس المتوسطة لا يمكنهم تحقيق نتائج أو الوصول للمستويات العليا، ولتنقية الأطفال لابد من التركيز على عامل الطول لما له من أهمية كبيرة في كرة اليد الحديثة، وحسب آراء المختصين فتم تحديد الطول المناسب حسب العمر للجنسين كما يلي :

جدول يوضح مؤشر القامة للأطفال من 9 الى 12 سنة :

	الجنس		السن
	اناث	ذكور	
	1.45م - 1.48م	1.45م - 1.50م	09 سنوات
	1.48م - 1.52م	1.50م - 1.55م	10 سنوات
	1.52م - 1.58م	1.55م - 1.60م	11 سنوات
	1.58م - 1.65م	1.60م - 1.65م	12 سنوات

ب-تقييم القدرات البدنية للأطفال :

ان المستوى العالي للتحضير البدني عامل مهم جدا وخاصة لهذه المرحلة من التطور لناشئ كرة اليد واثناء عملية التنقية للأطفال الراغبين في ممارسة كرة اليد لابد ان تعطى اهمية قصوى وملاحظة دقيقة لسرعة الجري التي تعد خاصية مهمة لهذا الاختصاص ولتقييم هذه القدرات علينا استعمال ما يلي :

عدة اختبارات تتماشى حسب مختلف المراحل العمرية السالفة الذكر :



- 1- اختبار 30 متر سرعة الانطلاق من وضعية الثبات.
- 2- اختبار التنطيط لمسافة 30 متر.
- 3- اختبار القفز الطويل من وضعية الثبات.
- 4- اختبار القفز الثلاثي.
- 5- اختبار قذف كرة المضرب لتقييم دقة القذف.
- 6- اختبار التنطيط الحلزوني.
- 7- اختبار 06 اقماع المسافة بين كل قمع 30سم .
- 8- اختبار نصف كوبر test Cooper
- 9- الجري مسافة 300 متر انطلاق من وضعية الوقوف.

## جدول يوضح معيير الاختبارات البدنية والمهارية للأطفال

اناث (العمر بالسنوات)				ذكور (العمر بالسنوات)				الاختبارات
12	11	10	09	12	11	10	09	
"5.0	"5.3	"5.5	"6.2	"4.8	"5.2	"5.5	"6	السرعة 30 متر
"5.7	"5.9	"6.1	"6.7	"5	"5.4	"5.8	"6.3	التنطيط 30 متر
م25	م23	م20	م18	م35	م33	م60	متر26	رمي كرة المضرب
م1.70	م1.55	م1.40	م1.30	م1.85	م1.75	م1.55	م1.5	القفز الطويل
"6.9	"7.3	"8	"8.6	"6.1	"6.6	"7.0	"7.5	تنطيط حلزوني
م1320	م1300	/	/	م1400	م1350	/	/	نصف كوبيار
"57	"61	"66	/	"55	"58	"62	/	300متر
5/5	5/5	4/5	4/5	5/5	5/5	5/5	4/5	اختبار الدقة

" ثانية، ' دقيقة