

المقدمة

ان " كلمة انتقاء في اللغة من الفعل أنتقى ، ينتقى ، انتقاء وأنتقى الشيء أي اختاره ". ويعد هذا الموضوع احد الموضوعات المهمة في المجال الرياضي ، وما يقود الجميع للاهتمام بهذا الموضوع هو ان الافراد لا يتساوون في امكانياتهم وقدراتهم اذ ان هناك فروقات فردية بينهم والتي تعرف بانها "التباين والاختلاف في القدرات العقلية والبدنية والحركية والجسمية " لذا " فان اكتشاف القدرات الحركية والخصائص الفسيولوجية التي يتميز بها كل انسان ثم توجيهه لممارسة نوع معين من الانشطة الرياضية يتلائم مع ما يتميز به انما يعجل بالحصول على النجاح وتحقيق المستويات المطلوبة مع الاقتصاد في الوقت والجهد والمال الذي يبذل مع افراد غير صالحين لممارسة نوع معين من الانشطة الرياضية "

تعريف الانتقاء

- والانتقاء هو " الاسلوب العلمي والتخطيط المدروس للوصول الى افضل الخامات المبشرة بالنجاح المستقبلي ، وايا كانت الامكانيات المادية والبشرية المتوافرة فانها لن تجدي نفعا اذا لم توجه عبر عناصر بشرية مبشرة بالنجاح "



هناك اتجاهين للانتقاء هما:

- ١_ التعرف المبكر على اللاعبين المتميزين ومن ذوي الاستعدادات والقدرات العالية .
- ٢_ اختيار نوع اللعبة او الفعالية الرياضية المناسبة لهؤلاء اللاعبين المتميزين طبقا لاستعداداتهم وقدراتهم
- وتتأسس عملية الانتقاء على الدراسة العميقة لجميع جوانب شخصية الناشئ وهذا يعني دراسة كل ما يتعلق بهذا الناشئ من حيث مواصفاته الجسمية وقدراته البدنية والنفسية

أهداف الانتقاء

- تحديد المواصفات والمتطلبات المورفولوجية والبدنية والحركية التي يجب توافرها في الفرد للتفوق في النشاط الرياضي .
- الاكتشاف المبكر لذوي 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 الامكانيات والقدرات للفرد في ضوء ما ينبغي تحقيقه.
- زيادة الدافعية للممارسة الرياضية للتقارب والتجانس لمستويات مجموعة الافراد بالوحدة والابتعاد عن التباين بينهم.



مراحل الانتقاء في المجال الرياضي

- المرحلة الاولى (الانتقاء المبدئي)
- وهي مرحلة التعرف المبدئي على الناشئين ، وتستهدف هذه المرحلة الى تحديد الحالة الصحية العامة للناشئ واستبعاد من لا تؤهلهم لياقتهم الطبيعية لممارسة النشاط الرياضي ، وتتعرف هذه المرحلة على المستوى الاولى للصفات البدنية والنفسية والبايولوجية .



• وعند اجراء عملية الانتقال للمرحلة الاولى يجب ان تحدد المواصفات الاتية كمحددات :

- ١ / لحالة الصحية العامة للطفل وتشمل كافة الاجهزة الوظيفية للجسم.
 - ٢ / القياسات الجسمية : ملاحظة طول وعرض وسمك ووزن ومحيط الجسم
 - ٣ / النمط الجسمي : يلعب دورا مهما فالجسم النحيف لا يؤدي دورة الجيد في لعبة المصارعة مثلا
- الظروف الاجتماعية لكل لاعب كالمستوى الاجتماعي والاستقرار العائلي .
 - مستوى القدرات البدنية من عناصر اللياقة البدنية ودرجة تفوقه على اقرانه



المرحلة الثانية (الانتقاء المتخصصة)

- "تهدف هذه المرحلة الى انتقاء افضل الناشئين الذين نجحوا في المرحلة الاولى وتم توجيههم الى نوع الفعالية او اللعبة الرياضية التي تتلائم مع امكانياتهم وتتم هذه المرحلة بعد التدريب الطويل نسبيا (٢-٤ سنوات)
- "وتستخدم هذه المرحلة الملاحظة المنظمة والاختبارات الموضوعية لقياس مدى نمو الخصائص الموروفولوجية والوظيفية وسرعة تطور الصفات البدنية والنفسية



- ولهذه المرحلة محددات أهمها:
- الحالة الصحية العامة :- وذلك بمتابعة الصحة العامة ومراقبتها فشحوب الوجه وتغير لون البول والضعف العام في الجسم والانحلال
- القدرات الوظيفية كقياس عدد ضربات القلب والسعة الحيوية والحد الاقصى لاستهلاك الاوكسجين والتمثيل الغذائي وعمل اجهزة الجسم المختلفة .
- حجم القلب وسلامته وكمية التعرق وضغط الدم.
- الحالة الاجتماعية الخاصة والاستقرار الاجتماعي وكذلك السمات النفسية المميزة والميول والرغبات.



المرحلة الثالثة (الانتقاء التأهيلي)

- في هذه المرحلة يتم اختيار افضل نخبة من اولئك الناشئين الموهوبين الذين نفذوا خطط وبرامج التدريب في المرحلة الثانية ، وانتقاء الناشئين الاكثر كفاءة لتحقيق المستويات الرياضية العالية. وتعتبر مرحلة الانتقاء التأهيلي المرحلة الحاسمة لتوجيه اللاعبين نحو تخصصاتهم الاكثر دقة

يجب مراعاة المواصفات التالية كمحددات لتلك المرحلة

- متابعة الحالة الصحية والاجتماعية للاعبين.
- اختبارات العلاقة بين القدرات البدنية والوظيفية بالمستوى المهاري.
- اختبارات السمات النفسية للاعبين.



محددات الانتقاء

- فمحددات الانتقاء تعني " مجموعة العوامل او القدرات التي يجب ان تتوافر عند الناشئ لغرض اتاحة الفرصة للمدرب بالتنبؤ له لتحقيق مستويات رياضية عالية مستقبلا. "

ويمكن تقسيم المحددات الاساسية للانتقاء الى:

- *المحددات البدنية.
- *المحددات البيولوجية.
- *المحددات النفسية.
- *المحددات الجسمية.



المحددات البدنية:

- تعد الصفات البدنية الخاصة الحجر الاساس للوصول الناشئ الى اعلى المستويات الرياضية ، اذ ان لكل لعبة رياضية متطلبات بدنية خاصة تميزها عن غيرها من الالعاب .
- "فالصفات البدنية الاساسية هي التي تمكن الفرد الرياضي من القدرة على اداء مختلف المهارات الحركية لالوان النشاط الرياضي المتعددة والوصول بالفرد الى اعلى المستويات الرياضية ، فهي صفات ضرورية لكل انواع الانشطة الرياضية على اختلاف الوانها.

تحديد الخصائص البدنية

- لها اهمية لتمكين الفرد من القدرة على اداء مختلف المهارات الحركية لنوع النشاط الممارس والتميز في كل نوع من الالعاب والرياضات ، وفي ضوء تلك الخصائص يتم انتقاء الافراد وفقا لنوع اللعبات او الرياضات ، ويجب ان يتم تحديد الاستعدادات البدنية للناشئين من خلال تقويم نمو هذه الخصائص البدنية وكذلك مستواها وذلك للتنبؤ بإمكاناتهم المستقبلية

..

المحددات البيولوجية:

- للعوامل البيولوجية أهمية قصوى في ممارسة الأنشطة الرياضية على اختلاف أنواعها ، فالتدريب الرياضي ، والمنافسة من الواجهة البيولوجية ما هما الا تعريض اجهزة الجسم لأداء انواع مختلفة من الحمل البدني تؤدي الى تغيرات فسيولوجية (وظيفية) ومورفولوجية (بنائية) ينتج عنهما زيادة كفاءة الجسم في التعود على مواجهة المتطلبات الوظيفية والبنائية لممارسة النشاط الرياضي.

ومن اهم هذه العوامل

- الحالة الصحية العامة.
- التغيرات الوظيفية.
- الامكانيات للجهاز الدوري والتنفسي.
- خصائص استعادة الشفاء.
- الكفاءة البدنية العامة والخاصة.



وللقياسات الفسيولوجية اهمية

- وللقياسات الفسيولوجية اهمية اذ انها " تعرف المدرب على الحالة الفسيولوجية للاعب من خلال نتائج القياسات الفسيولوجية التي ليست هدفا في حد ذاتها ولكنها عملية تهدف الى تقويم اللاعب والبرامج التدريبية التي يخضع لها ، أي التعرف على نقاط القوة والضعف سواء بالنسبة للاعب او بالنسبة للبرنامج الموضوع
- اما الجانب المورفولوجي (العوامل المورفولوجية) فقد شملت هذه العوامل كلا من القياسات الانثروبومترية وقياسات تركيب الجسم ونسب تكوينه المختلفة مثل نسبة الدهون والكتلة العضلية والاطوال والمحيطات وغيرها ، اذ ان المواصفات المورفولوجية تعد بمثابة الصلاحيات الاساسية للوصول الى المستويات الرياضية العالية فهي على علاقة طردية مع مستوى الاداء .

العوامل البيولوجية لعملية الانتقاء

- لذا تعد العوامل البيولوجية ركيزة اساسية في عملية انتقاء الناشئين وتوجيههم الى نوع الانشطة الرياضية التي تتناسب مع امكانياتهم وخصائصهم البيولوجية ، وهي بمثابة محددات اساسية يجب مراعاتها في عملية الانتقاء بمراحلها المختلفة .
- وينصح باستخدام الاختبارات الدورية للتأكد من سلامة وكفاءة الاجهزة الحيوية ، ودراسة أثر الحمل التدريبي عليها ، واكتشاف نقاط الضعف مبكرا لتلافيها وعلاجها مع تقنين حمل التدريب بما يتناسب وامكانيات اللاعب على نتيجة الفحوص البيولوجية الدورية

المحددات النفسية:

- هناك الكثير من الانشطة الرياضية المتعددة والمتنوعة ، ولكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد ويتميز بها عن غيره من انواع الانشطة الرياضية الاخرى سواء بالنسبة لطبيعة او مكونات او محتويات نوع النشاط او بالنسبة لطبيعة المهارات الحركية او القدرات الخططية التي يشتمل عليها او بالنسبة لما يتطلبه النشاط من عمليات عقلية عليا. "
- اذ تؤثر العوامل النفسية في عمليات انتقاء الناشئين وتعد مؤشرات هامة يمكن بواسطتها التنبؤ بامكانيات الناشئ.

المحددات الجسمية:

- لقد اصبح لكل نشاط رياضي في الوقت الحاضر متطلباته الجسمية الخاصة ، لهذا فان الوصول الى المستويات الرياضية العالية في نشاط رياضي معين يعتمد الى حد كبير على وجود هذه المواصفات والتي تساعده على التقدم في ذلك النوع من النشاط .
- وتعد دراسة الجسم الانساني من ناحية شكله وحجمه من المؤشرات التي يتم الاسترشاد بها للتنبؤ بالحالة البدنية والصحية والنفسية للفرد
- عند اختيار الرياضيين المبتدئين والتي تعرف بانها "العلم الذي يؤكد على دراسة قياسات الجسم الانساني واجزائه المختلفة واطهار الاختلافات التركيبية فيه " ، وتعتمد القياسات الجسمية اساسا على حساب مقادير تراكيب الجسم الخارجي (اطوال ، اعراض ، محيطات) وتستخدم المقاييس الجسمية (الانثروبومترية) في مجال الانتقاء ، نظرا لاختلاف المقاييس الجسمية .

مشاكل الانتقاء

- **أولاً** : تتم عملية الانتقاء في المدارس وفي الأندية على أساس الخبرة الشخصية أو على أساس اللياق البدنية وهذا لا يفي بالغرض المطلوب .
- **ثانياً** : مشكلة الانتقاء في المدارس لها أهمية بالغة ولكن للأسف لا تستخدم أي نظم وقوانين في انتقاء الموهوبين خلال حصة التربية البدنية .



- ثالثاً : في المدارس الابتدائية تكاد تكون منعدمة عملية الانتقاء المبكر للتلاميذ .

- رابعاً ك عدم مساعدة التلاميذ من قبل معلم التربية البدنية والمدربين على اكتشاف قدراتهم واستعداداتهم وتوجيههم إلى اللعب التي تلائمهم .

