

جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية والرياضية

الإجابة النموذجية لإمتحان الإنتقاء والتوجيه للسنة الثالثة ليسانس

نص السؤال الأول:

ما هو الإنتقاء في المجال الرياضي مع ذكر أهميته و أهدافه. 06 نقاط

الجواب الأول:

هو عملية يتم من خلالها اختيار أفضل العناصر من الرياضيين من خلال عدد كبير منهم طبقا لمحددات معينة، أي اختيار من تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في التخصص الرياضي المختار.

فالانتقاء في المجال الرياضي أحد المرتكزات الأساسية في الوصول إلى أعلى المستويات، إذ ظهرت الحاجة إليه نتيجة لاختلاف خصائص الأفراد في القدرات البدنية والعقلية والنفسية وتبعاً لنظرية الفروق الفردية، إذ أن لكل نشاط أو فعالية أو لعبة رياضية متطلبات ومواصفات نموذجية يجب توافرها في، الممارس حتى يتمكن أن يحقق مستويات متقدمة في فعالية أو لعبة رياضية ("حسين يوسف")

لغة: انتقي، ينتقي، انتقاء، انتقاء شيء اختياره

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

(محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسانين)

وعموماً يعرفه "مارتين ويك" 1976 هو عملية الملاحظة لأشياء أو تصرفات خارقة يقوم بها كائن بشري

أما في المجال الرياضي فيقول 'روثينك' ' 1983 بأنه الاختيار الجاري بين الرياضيين من طرف المؤسسات

المخولة لذلك في مختلف المستويات بهدف تسهيل تطور المهوة وتشجيعها"

ويقول "ريسان خريط جيد" إن عملية الاختيار تساعد في استثمار الجهود البشرية في هذا الميدان كما أنها

تأخذ بأفضل العناصر من الناحية البدنية والنفسية والفيزيولوجية والاجتماعية إلى التدريب المكثف المتقن مما يساعد في إحراز أفضل النتائج.

التعريف الإجرائي للانتقاء :

إن الانتقاء هو عملية مستمرة يتم من خلالها المفاضلة بين الممارسين من خلال عدد كبير منهم طبقاً لمحددات

معينة وخاصة، بحيث يتم اختيار أفضل العناصر منهم من خلال برنامج زمني يتوافق ومراحل التحضير.

وتستهدف عملية الانتقاء في المجال الرياضي بصفة عامة اختيار أفضل الناشئين للمارة نشاط رياضي معين والوصول

إلى مستويات عالية في هذا التخصص وقد ظهرت الحاجة إلى هذه العملية نتيجة اختلاف الناشئين في استعداداتهم

البدنية والعقلية والنفسية، وقد أصبح من المسلم به أن إمكانية وصول الناشئ وتوجيهه إلى نوع النشاط الرياضي

الذي يتلاءم واستعداداته وقدراته المختلفة، والتنبؤ بردى تأثير عمليات التدريب على نمو وتطوير تلك الاستعدادات والقدرات بطريقة فعالة تركز الرياضي من تحقيق ، التقدم المستمر في اختصاصه الرياضي وذلك هو جوهر عملية الانتقاء

2 -أهمية الانتقاء :

يعد الانتقاء في المجال الرياضي من أكبر الوسائل التي تمثل عملية مستمرة للاكتشاف والاندماج في نشاط منظم يسير بصورة منتظمة لجميع أولئك الذين لديهم مواهب لممارسة الرياضة، وبالتالي فإن الانتقاء يقوم على جملة من المحددات التي تسمح باكتشاف الرياضيين الذين لهم آفاق واضحة في تقدمهم أثناء ممارسة نوع الرياضة المناسبة.

يقول (ريسان خريبيط مجيد و ابراهيم رحمة محمد ") ان عملية الانتقاء تساعد في استثمار الجهد البشرية في هذا

الميدان كما إنها تأً بأفضل العناصر من الناحية البدنية والنفسية والفسولوجية والاجتماعية الى التدريب المكثف المتقن مما يساعد في
إحراز أفضل النتائج .

أما (فيصل عياش) يقول " :إن الانتقاء لا يقتصر على اعداد الابطال، وإنما يعي أيضا اختيار نوع النشاط الرياضي الذي يلائم الفرد
بغرض إشباع ميوله ورغباته عند ممارسته"

فان أهمية الحل الموفق لموضوع الانتقاء يتخذ طابعا توافقيا واقتصاديا واجتماعيا، أما ما يتعلق بالأهمية الرياضية فإنه

يمكن التأكيد دون مبالغة أن وجود الخلل في نوعية الاختيار الرياضي يعد واحد من الاسباب الأساسية التي تعيق تطور الرياضة، ان البحث
عن الرياضيين المناسبين عملية تتعقد كل عام.

ويقول (ريسان خريبيط مجيد ")فمستوى الارقام القياسية الحالي في غالبية الانواع الرياضية يمكن أن يصل اليه فقط أولئك الرياضيون الذين
يتمتعون بمستوى عال جدا في نمو الاغراض النفسية وستتعد عملية البحث عن الموهبة الرياضية التي تميز تلك المواصفات والقابليات
التي تحدد النجاح في هذا النوع من الرياضة أو ذاك.

3-أهداف الانتقاء في المجال الرياضي:

إن انتقاء واكتشاف الموهوبين وتوجيههم إلى التخصصات الرياضية المناسبة، تضمن عدة أهداف، من أبرزها ما يلي:

*تحديد الصفات النموذجية (البدنية، المورفو وظيفية، المهارية، الخططية)التي تتطلبها التخصصات الرياضية المختارة. *التوصل إلى
أفضل الناشئين الموهوبين الواعدين في نوع معين من التخصصات الرياضية واكتشافهم مبكرا. *توجيه الناشئين إلى أفضل التخصصات
المناسبة حسب قدراتهم وميولهم واتجاهاتهم.

*توفير الوقت والجهد والمال في تحضير الناشئين إلى المستويات العالية. *تركيز الجهود والميزانيات على أفضل الناشئين الواعدين.

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

* توجيه عملية التدريب لتنمية وتطوير اللاعب في ضوء ما يجب الوصول إليه.

*إعطاء للانتقاء صبغة علمية من حيث تنظيم عمليات الانتقاء والتوجيه بالدراسات والبحوث العلمية.

تطوير مستوى الرياضة من خلال ترسيخ مستويات الأداء الأفضل مما ينعكس إيجابيا على الرغبة في الممارسة وزيادة متعة المشاهدة.

نص السؤال الثاني:

لانتقاء الرياضي محددات أساسية، أذكرها 1.5 نقطة

اختر نوع من المحددات و تكلم عنه بإختصار2.5 نقطة

الجواب الثاني:

المحددات الأساسية في الانتقاء الرياضي :

1- المحددات البدنية :

2 -المحددات البيولوجية:

3-المحددات النفسية :

"هناك الكثير من الأنشطة الرياضية المتعددة والمتنوعة ، ولكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد ويتميز بها

عن غيره من انواع الأنشطة 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 يطلبه النشاط من عمليات عقلية عليا

اذ تؤثر العوامل النفسية في عمليات انتقاء الناشئين وتعد مؤشرات هامة يمكن بواسطتها التنبؤ بإمكانيات الناشئ ،

ومستوى تقدمه في المستقبل باعتبارها عنصرا ايجابيا مؤثرا في تحقيق النجاح والتفوق في الالعاب والفعاليات الرياضية

، لذلك يبدو ظاهراً أن عمليات الانتقاء تتطلب استخدام المستلزمات النفسية ، وأن عوامل الوصول إلى المستوى العالي والتقدم يأخذ في الاعتبار السمات والخصائص النفسية للناشئ ، فالنظرة الخاطئة في اختيار الناشئين تكمن في الابتعاد عن الاهتمام بالعوامل النفسية التي تلازم عملية الانتقاء.

إن تحقيق الناشئ لمستويات رياضية عالية يتطلب أن يؤخذ في الاعتبار المحددات النفسية لممارسة نشاط رياضي معين ، وتشمل تلك المحددات كلا من : السمات العقلية ، والقدرات الإدراكية ، والسمات الانفعالية.

إن الحديث عن "السمات العقلية يتطلب تناول الذكاء أي سرعة التعلم وسرعة الاستفادة من الخبرات السابقة، وسرعة الفهم ، وإدراك العلاقات بين المواقف والتميز بالقدرة على التفكير الواعي ، وحل المشكلات ، والقدرة على الابتكار

أو الإبداع ، والقدرة على التكيف مع المواقف الحياتية والقدرة على القدرات الواعية في التوقيت المناسب وتوقع

سلوك المنافس ، والقدرة على التطبيق الجيد لخطة اللعب " ، وأشارت الدراسات العلمية إلى وجود ارتباط موجب

بين مستوى القدرة العقلية والتفوق الرياضي وبين مستوى الذكاء وبعض عناصر اللياقة البدنية. (الحمامي ،

2000،4)

كما أن القدرات الإدراكية تعبر عن العملية التي عن طريقها يمكن معرفة وتفسير كل ما يتم استقباله من مثيرات حسية في البيئة المحيطة ، فقد اشتملت على الانتباه الذي يؤثر على دقة وإتقان الأداء الحركي أو المهاري ، والسرعة الإدراكية التي تميز بين المواقف المتشابهة والمختلفة في اللعب لاتخاذ القرار المناسب في التوقيت المناسب ، والإدراك الحركي الذي يعبر عن الوعي بالجسم وأجزائه في الفراغ بحيث يمكن أداء الحركة المطلوبة دون الاعتماد التام على استخدام الخواص الأساسية.

كذلك تضمنت المحددات النفسية على السمات الانفعالية والتي شملت السمات المزاجية ، والسمات الخلقية والإدارية والميول والاتجاهات ، لذا يجب الاهتمام بانتقاء الناشئين الذين يتميزون بسمات مزاجية إيجابية مع مراعاة توجيههم نفسياً وتربوياً ، كما أن الكشف عن الميول والاتجاهات يحدد مدى إيجابية الأفراد والذين يتم انتقاؤهم ومدى إسهام ذلك في تحقيق التفوق في المجال الرياضي. (الحمامي ، 5، 2000)

"وينظر إلى الاتجاه النفسي كحالة عقلية نفسية لها خصائص ومقومات تميزها عن الحالات العقلية والنفسية الأخرى التي يتناولها الفرد في حياته ، وتفاعله مع الأفراد الآخرين ، وأن هذه الحالة العقلية النفسية أو الاتجاه النفسي يصبح

الإطار المسبق الذي يستخدمه الفرد في إصدار أحكامه وتقييمه بالنسبة لما يتعامل معه من مواقف " (راتب ،

2000،17)

نص السؤال الثالث:

تكلم عن عملية التوجيه في المجال الرياضي 05 نقاط

الجواب الثالث:

تعريف التوجيه :

أ لغة: وجه الشيء والشخص، جعله يأخذ اتجاهها معينا- .

ب اصطلاحاً: فهو مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد على فهم نفسه، فيحدد أهدافاً تتفق مع- إمكاناته بينته، ثم يتتار الطريق الحق لهذه الأهداف بحكمة وتعقل.

2 -مفهوم التوجيه الرياضي :

يرى محمد حسن علاوي: بأن التوجيه هو مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم نفسه ويفهم مشاكله، وأن يستغل إمكاناته الذاتية من قدرات، مهارات وميول وأن يستغل إمكانات بينته من ناحية أخرى.

كما يعرفه أحمد أحمد عواد: التوجيه بأنه مساعدة يقدمها أشخاص مؤهلون ومدربون إلى شخص آخر في أي مرحلة عمرية من مراحل النمو، وهذه المساعدة الفنية تمكنه من تدبير أوجه نشاط حياته وتغيير أفكاره واتخاذ قراراته وتحمل أعباءه بنفسه وهذه المساعدة تقدم بطريقة مباشرة وغير مباشرة.

3 -أهمية التوجيه الرياضي:

التوجيه عملية ترمي إلى مساعدة التلميذ أو اللاعب الرياضي إلى تحقيق عدة عوامل مهمة وهي: فهمه لنفسه عن طريق إدراكه مدى قدراته واستعداداته وميوله. فهم المشاكل التي تواجهه. فهم بينته المادية والاجتماعية بما فيها من إمكانات.

4 -أهداف التوجيه في المجال الرياضي:

مساعدة الرياضي على توجيه حياته الرياضية بنفسه بذكاء في حدود قدراته وإمكاناته 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 إمكانيات .

إدراك المشكلات التي تعترضه وفهمها التوافق مع نفسه ومع مجتمعه.

5-أنواع التوجيه الرياضي :

1 - 5 -التوجيه النفسي :

يهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم مشكلاته النفسية الداخلية وتفسيرها والعمل على حلها، بوضع أهداف واضحة تساعد على التكيف معها ويفيد التوجيه النفسي في نمو الفرد ونضجه . كما يعرفه) روجيه غال (: بأنه العملية الفنية المنظمة التي تهدف إلى مساعدة الفرد على اختيار الحل الملائم

للمشكلة التي يعاها ووضع الخطط التي تؤدي إلى هذا الحل والتكيف وفقا للوضع الجديد الذي يؤدي به إلى الحل.

2 - 5 -التوجيه المهني :

هو مساعدة الفرد على اختيار مهنته للمستقبل والإعداد لها، بكل ما يملك من مهارات وقدرات وإمكانات مادية ومعنوية.

3 - 5 -التوجيه المدرسي

هو الكشف عن قدرات التلميذ ومهاراته من أجل الاستفادة من ذلك، فاختيار التخصصات المناسبة والمناهج الدراسية، يؤدي إلى نجاح التلميذ في حياته الدراسية.

ويعرفه عبد الحميد مرسى: بأنه العملية التي تهتم بالتوفيق بين الطالب بما له من خصائص مميزة من ناحية، والفرص التعليمية المختلفة ومطالبها المتباينة من جهة أخرى والتي تتم أيضا بتوفير المجال الذي يؤدي إلى نمو الفرد وتربيته.

نص السؤال الرابع:

في المجال الرياضي لا يوجد برنامج خاص لانتقاء الناشئين يمكن تطبيقه في كافة الرياضات، أذكر نموذجا واحدا و اشرحه. 05 نقاط

الجواب الرابع:

مثال :

نموذج دريك: Dreke

حسب نموذج (دريك) حتى تكون عملية الانتقاء عملية سليمة لا بد من اتباع ثلاثة خطوات مهمة

الخطوة الأولى:

تكمّن الخطوة الأولى في إجراء قياسات تفصيلية حول الحالة الصحية للناشئ الممارس، والاطلاع على التحصيل الأكاديمي وقدراته العقلية وكذلك الاطلاع على البيئة والظروف الاجتماعية التي يعيش فيها.

الخطوة الثانية:

تتمحور الخطوة الثانية في مقارنة خصائص وسمات الممارس الناشئ بمتطلبات التخصص الذي يمارسه.

الخطوة الثالثة :

التخطيط لبرنامج تدريبي ينفذ قبل بداية الموسم الرياضي مع متابعة والاطلاع على أداء الممارسين تكيفهم مع النشاط الممارس ثم بعد ذلك تتم عملية الانتقاء التي تكون بعد التقييم.

نماذج أخرى:

2- نموذج " دريك Dreke "

3- نموذج " بومبا Bompal "

4- نموذج " بار اور or-Bar "

5- نموذج " جونز واتسن Watson-Jones "

6- نموذج " هان Hahn.E "