

استعدادیابی در ورزش

محمد علی جهان‌دیده، کارشناس ارشد تربیت بدنی گرایش مدیریت ورزشی

مقدمه

استعداد ورزشی به دید مشاهده کننده بستگی دارد. اکثر والدین و مربیان به این موضوع فکر می‌کنند که ورزشکاران زبده آنها در مسیر موفقیت خود به اهدافی از جمله قهرمانی در ورزش حرفه ای دست یابند. این والدین و مربیان به دلیل همین دور اندیشی که گاهی ممکن است به بیراهه نیز کشیده شود، پول و وقت و انرژی بسیار زیادی صرف رسیدن به اهداف خود می‌نمایند. اما ارزیابی استعداد ورزشی از دید مربیان، استعدادهای کارآموز چیز دشوارتری می‌باشد، آنها می‌دانند که ظرفیت برتری در ورزش به ترکیبی از عوامل جسمانی، محیطی، روانی و عاطفی بستگی دارد. و این نکته را نباید فراموش کرد که استعداد، حتی اگر وجود داشته باشد و افراد به آن پی ببرند، باز هم نمی‌توان برتری ورزشی را تضمین نمود. در این مقاله بر آنیم تا نگرش والدین و مربیان زحمت کشی که بدنبال کشف استعداد های فرزندان و شاگردان خود هستند را به سمت و سوی مناسب سوق دهیم.

استعداد^۱ و انواع آن

استعداد از لحاظ لغوی در معانی گوناگون از جمله در یک توانایی طبیعی ویژه و «قابلیت دستیابی به هدف یا موفقیت» تعریف شده است.

استعداد نوعی آمادگی طبیعی یا اکتسابی برای اجرای برخی از فعالیتها تعریف شده است. هر استعداد در زمان خاصی بروز می‌کند و پیش بینی آن در مراحل اولیه دشوار است. از طرف دیگر، تغییرات جسمانی، شناختی و عاطفی نیز در طول رشد باعث تغییر در عملکرد استعداد می‌شود. همچنین هر استعدادی بتدریج رشد می‌کند و سرعت رشد آن نیز در افراد متفاوت است و

^۱. Aptitude

در سطح معینی به فلات می رسد. تشخیص استعداد از پیش بینی آن آسانتر است، چون استعداد در مراحل خاص از دوران رشد بروز می کند. مثلاً استعداد نقاشی و موسیقی در دوره دبستان و استعداد ریاضیات و علوم در دوره راهنمایی و دبیرستان آشکار می شود. هر فرد دارای استعدادهای فراوانی است که از آن جمله می توان به استعداد حرکتی نیز اشاره کرد.

این استعداد در فعالیتهای حرکتی - ورزشی نقش بسزایی دارد. استعداد حرکتی و ورزشی کودکان را می توان با مشاهده دقیق تشخیص داد، زیرا فعالیتهای حرکتی کودکان اولین و ساده ترین رفتارهایی است که بروز پیدا می کند و در دوره ابتدایی قابل تشخیص است. البته استعداد حرکتی، صرفاً پایه جسمانی و حرکتی ندارد و نباید تشخیص اولیه را سریعاً به پیشرفت ورزشی فرد در آینده تعمیم داد. بروز کامل استعداد حرکتی، مستلزم گذشت زمان و به ظرفیتهای روان شناختی فرد وابسته است.

بنا به تقسیم بندی گاردنر¹ در نظریه هوش چندگانه یا مختلط خود، هوش را به هفت نوع تقسیم کرده است: هوش حرکتی - بدنی²، هوش فضایی، هوش زبانی یا کلامی، هوش منطقی - ریاضی، هوش بین فردی و هوش فرا شخصی یا فرا فردی. چون در این تقسیم بندی هوش عمومی و کلی وجود ندارد و به هوش ویژه یا اختصاصی توجه شده است. پس می توان انواع هوش را نوعی استعداد درونی و طبیعی قلمداد کرد. آنچه در تربیت بدنی و ورزش مهم است هوش حس حرکتی و بدنی است. افراد دارای هوش فضایی، جهت اشیا را در فضا بخوبی درک می کنند، در جهت یابی قوی هستند و از حس تصویر سازی و تجسم خوبی برخوردارند.

این افراد ترجیح می دهند از طریق کار گروهی، همکاری و دوستی فعالیت کنند. در تربیت بدنی و ورزش نیز این دو نوع هوش مؤثر است. اجرای حرکات به جهت یابی و درک فضایی، و موفقیت در ورزشهای گروهی به همکاری و هوش بین فردی وابسته است.

¹. Gardner

². Bodiy- Kinesthetic intelligence

استعداد حرکتی ورزشی

استعداد ورزشی به اندازه توانایی سریع دویدن روی یک مسیر مستقیم، باریک و محدود، و به اندازه توانایی بازی در پشت مدافع در ورزشهای گروهی وسیع و گسترده است. مایکل جانسون که قهرمان دوی سرعت المپیک است، بالاترین حد استعداد ورزشی را به نمایش می گذارد، اما با این حال مهارتهای آن بیشتر یک بعدی است (استعداد یک بعدی).

استعداد ورزشی همچنین می تواند توانایی بازی کردن در پست گارد رأس بسکتبال وسعت داشته باشد، چرا که باید در هر لحظه بازی مهارتهای جسمانی، عاطفی و ناملموس¹ را با هم تلفیق نمایند، چرا که این بازیکنان بندرت در یک مسیر مستقیم سریع می روند، اما در عوض باید تصمیم گیری نمایند، بازی ها را پیش بینی کنند، توپ را کنترل کنند، بدونند، تغییر جهت دهند، نسبت به بازیکنان خودی و حریف عکس العمل نشان دهند، استعداد ورزشی این افراد چند بعدی است (استعداد چند بعدی).

بعضی از ورزشکاران هستند که به دلیل تخصص یافتن زود هنگام، رقابت و مقدار پول هنگفتی که به آنها داده می شود، اغلب در یک رشته ورزشی ماهر می شوند، اما عده ای دیگر در چندین رشته بصورت حرفه ای بازی می کنند و اغلب در همه آنها موفق می باشند، بطور مثال آقای بیت دیدریکسون 18 ساله در 16 جولای 1932، بیو مونت تگزاس، به عضویت اتحادیه ورزشکاران آماتور و مسابقات قهرمانی دو میدانی ملی در آمد، او با قد 160 سانتی متر و وزن 48 کیلوگرم، در رشته پرتاب وزنه، پرتاب توپ بیس بال، پرش طول، دوی 80 متر با مانع، پرش ارتفاع و پرتاب نیزه به مدال طلا دست یافت، او یک ورزشکار شگفت آور بود، وی فعالیت خود را به عنوان یک بسکتبالیست شروع نمود، سپس در المپیک 1932 دو مدال طلای دو میدانی را از آن خود کرد، در سال 1935، دیدریکسون با داشتن 82 پیروزی در تورنمنتهای مختلف طی 20 سال زندگی خود، رشته گلف را برگزید و در آن نیز به سطح عالی رسید.

استعداد در روند پیشرفت یکی دیگر از ابعاد ورزشی است بدین معنا که در همه رده های سنی ورزشکاران با استعدادی وجود دارند که در فعالیتهای ورزشی خود برتر بوده یا حتی بر حریفان خود

¹. Intangible skills

غالب می شوند. آنها در آنچه که اکنون انجام می دهند خوب هستند. اگر ورزشکاری در سن 10 سالگی خوب است، تضمینی وجود ندارد که در سنین 15، 16 یا 20 سالگی هم خوب باشد.

استعدادیابی حرکتی ورزشی

بر نامه ریزی برای رشد و توسعه استعداد حرکتی از اوایل کودکی امکانپذیر است. تواناییهای حرکتی در مراحل مختلف یادگیری تأثیر یکسانی ندارد و در هر مرحله از یادگیری به تواناییهای خاصی نیاز است. در مراحل اول یادگیری، توانایی فضایی¹ و در مراحل نهایی یادگیری، توانایی حسی حرکتی² مهمتر از سایر تواناییها است.

انتخاب افراد مستعد برای ورزش از بین افراد بسیار، فقط یک گام ابتدایی در فرایند نسبتاً طولانی تربیت ورزشکار است. پس از انتخاب، کودکان باید از نظر بدنی و روانی و اجتماعی برای شرکت در تمرین و رقابت ورزشی آماده باشند و مدام مورد ارزیابی قرار گیرند.

محیط آموزشی باید سالم، لذت بخش و بی خطر باشد. تربیت ورزشی در مدارس بخش مهمی از فرایند استعدادیابی است. اگر چه استعدادیابی کاملاً تخصصی و فنی است، ولی معلمین آشنا با برخی زمینه های نظری و کاربردی ساده در استعدادیابی می توانند هدایت و راهنمایی اولیه را به عهده بگیرند. به طور کلی تشخیص و انتخاب استعداد حرکتی دانش آموزان از طریق اندازه گیری و شناسایی مؤلفه های زیر امکانپذیر است:

- 1- شناسایی و اندازه گیری ویژگیهای جسمانی و بدنی 2- شناسایی و اندازه گیری عملکرد ادراکی - حرکتی (توانایی حرکتی) 3- شناسایی و اندازه گیری توانایی یادگیری مهارتهای ورزشی 4- شناسایی و اندازه گیری ویژگیهای روانی و عاطفی 5- شناسایی عوامل ناملموس
- اندازه گیری به منظور انتخاب باید در طول دوران رشد انجام بگیرد و چند مرحله ای باشد؛ زیرا پیش بینی یا انتخاب اولیه دقت لازم را ندارد. از طرف دیگر، انتخاب چند مرحله ای به مربیان امکان می هد که دانش آموزان را از نظر تغییرات رشدی در زمینه جسمانی، عاطفی - اجتماعی و فرهنگی تحت کنترل داشته باشند. از طرف دیگر، اندازه گیری مستمر در دوران مدرسه امکان تغییر و اصلاح

¹. Spatial ability

². Kinesthetic

انتخاب اولیه و هدایت فرد را به رشته های ورزشی مشابه و نزدیک فراهم می آورد. و این نکته را نباید نادیده گرفت که عوامل زیادی مانند تبلیغ و تأکید رسانه گروهی، علاقه والدین یا سایر اعضای خانواده امکان دسترسی بیشتر به تسهیلات ورزشی و گروه همتایان نیز در فرایند انتخاب و اصلاح رشته ورزشی مورد علاقه دانش آموزان تأثیر می گذارند.

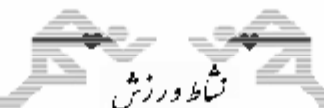
شناسایی و اندازه گیری ویژگیهای جسمانی

برای توصیف قابلیت های جسمانی ورزشکاران از واژه های بسیاری استفاده می شود: جثه، سرعت، چالاک، قدرت، توان، چابکی، انعطاف پذیری، هماهنگی، استقامت و بینایی. اما چون افراد تعاریف و تعبیر خودشان را از این واژه ها دارند، مشکل به وجود می آید. برای مثال، آن معنایی که قدرت برای یک فرد دارد، ممکن است برای فرد دیگر به مفهوم توان باشد همچنین اندازه گیری تغییرات زیستی و فیزیولوژیک در مدارس یا بسیاری از باشگاه ها بسیار دشوار است؛ به همین منظور می توان از: 1) جدول و فرمولهای رشد 2) هنجارهای جسمانی و بدنی مورد نیاز رشته های ورزشی استفاده نمود. مطالعه جداول و منحنیهای سرعت رشد در مراحل سنی مختلف اطلاعات مفیدی را درباره تغییرات عوامل اندازه گیری شده در اختیار مربیان می گذارد. در جدول 1 اهمیت برخی ویژگیهای جسمانی را در چند رشته ورزشی انفرادی و گروهی بیان شده است. این ویژگیها به منظور کمک به مربیان، والدین و ورزشکاران جهت ارزیابی پتانسیل موفقیت ارائه و به سه دسته زیر طبقه بندی می شوند:

- 1- آنهایی که عامل مهم محسوب نمی شوند (برای دستیابی به سطوح بالای عملکرد نیازی به آنها نیست).
- 2- مزیت ها (ویژگیهای که مشارکت دارند اما ضروری نیستند)
- 3- پیش نیازها (برای دستیابی به سطوح بالای عملکرد لازم و ضروری به شمار می روند).

جدول 1. اهمیت ویژگی های جسمانی

ورزش / آمادگی	فوتبال	شنا	دو		والیبال	کشتی
			سرعت	استقامت		
جثه	مزیت است	قد و طول اندام مزیت به شمار می رود	پیش نیاز نیست	عامل مهمی نیست	قد مزیت بوده و شاید پیش نیاز باشد	به دلیل وجود رده های وزنی عامل مهمی به شمار نمی رود
سرعت	پیش نیاز است	کاربرد ندارد	پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست
چالاکی	پیش نیاز است	کاربرد ندارد	پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	پیش نیاز است	پیش نیاز است
قدرت	قدرت پایین تنه پیش نیاز است	پیش نیاز است	قدرت پایین تنه پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	مزیت بوده و شاید برای اسپرکرها پیش نیاز باشد	پیش نیاز است
توان	برای حرکات انفجاری پیش نیاز است	برای حرکات انفجاری پیش نیاز است	برای حرکات انفجاری پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	برای حرکات انفجاری پیش نیاز است	برای حرکات انفجاری پیش نیاز است
چابکی	پیش نیاز است	برای برخی حرکات دست و پا و برگشتها پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست	پیش نیاز است	پیش نیاز است
انعطاف پذیری	پیش نیاز است	پیش نیاز است	مزیت است	مزیت است	پیش نیاز است	مزیت بوده و شاید پیش نیاز باشد



هماهنگی	هماهنگی	هماهنگی	هماهنگی	هماهنگی	هماهنگی	هماهنگی
عمومی و چشم و پیش نیاز است.	عمومی و چشم و دست پیش نیاز است.	عمومی پیش نیاز است	عمومی پیش نیاز است	عمومی یک مزیت است	عمومی و چشم و پیش نیاز است.	عمومی پیش نیاز است
برای بازی مداوم پیش نیاز است	چهار رشته های استقامتی پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست	پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	در زمانهای سه دقیقه ای مزیت است
مزیت است	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست	مزیت است	عامل مهمی نیست

وضعیت بدنی افراد نیز بر عملکرد ورزشی تاثیر می گذارد بطور مثال افرادی که اندکی پای متمایل به داخل یا پنجه کبوتری دارند در پیمودن مسافتهای کوتاه با سرعت زیاد از افراد معمولی برترند. برعکس داشتن پای متمایل به بیرون یا پنجه اردکی برای شنای کرال سینه مناسب است و تحرک زیاد در مفصل شانه یک برتری در شنای پروانه محسوب می شود.

جدول 2. اندازه های بدنی (تیپ بدنی) متناسب برای رشته های ورزشی مختلف

اندازه بدنی	کوچک	متوسط	بلند
ویژگی			
قد	ژیمناستیک - شیرجه	دو سرعت - نیمه استقامت	شنای سرعتی - پرش و پرتاب
طول نسبی پا طول پا طول قد	دو سرعت - شیرجه - ژیمناستیک - کشتی - وزنه برداری - شنا	پرتاب - دو استقامت	دو نیمه استقامت - والیبال - بسکتبال
طول نسبی ساق طول ساق طول ران	دو استقامت - وزنه برداری - کشتی	دو سرعت - شنای نیمه استقامت	پرش - شنای سرعت - والیبال - بسکتبال
طول نسبی ساعد طول ساعد طول بازو	وزنه برداری	شنای نیمه استقامت	پرتاب - شنای سرعت

1. شناسایی و اندازه گیری عملکرد ادراکی - حرکتی

سرعت و دقت در تصمیم گیری، تمرکز و توجه، انسجام بین اطلاعات بینایی و گیرنده های عمقی و مواردی از این قبیل به توانایی حرکتی- ادراکی فرد وابسته است. دقت دیداری در تیر اندازی، واکنش سریع در شمشیر بازی- درک کلی حرکات چند بازیکن در فوتبال و والیبال و حرکات فریبنده در اجرای نفر به نفر بدون توانایی حرکتی - ادراکی امکان پذیر نیست. تابلو های بینایی سنج و دستگا ههای سنجش زمان واکنش برای اندازه گیری این توانایی استفاده می شود.

2. شناسایی و اندازه گیری توانایی ورزشی

توانایی یادگیری و اجرای مهارتهای یک رشته ورزشی به ترکیبی از توانایی حرکتی و توانایی جسمانی گفته می شود. سرعت، دقت و استقامت در کنار تجارب مفید و سازنده دوران مدرسه زمینه های لازم را برای افزایش توانایی ورزشی فراهم می آورد. مربیان و معلمین برای کشف استعداد های ورزشی باید تجارب حرکتی و ورزشی پایه را تقویت کنند تا توانایی یادگیری و آموزش پذیری دانش آموزان زیاد شود.

3. شناسایی و اندازه گیری مهارت های روانی و عاطفی (روان شناختی)

سریع دودیدن، بالا پریدن یا قدرت زیاد، یک چیز است ولی حضور ذهن داشتن برای استفاده از استعداد جسمانی درخور در یک محیط رقابتی پیچیده چیز واقعاً دیگری است. منظور برخورداری از ضریب هوشی بالایی نیست، بلکه در دور نما یا تصویر بزرگ تری از فعالیت ورزشی و ترکیب آن دسته اطلاعات با مهارت های جسمانی است که بر نتیجه نهایی اثر می گذارد.

ویژگی های روانی و عاطفی به اندازه ای مهم هستند که نقش عوامل دیگر کم رنگ می سازد بطور کلی چند ویژگی روان شناختی برای موفقیت و استعداد یابی ورزش بسیار مهم هستند و مربیان باید به آنها توجه داشته باشند که عبارتند از:

انگیزه درونی: که می تواند در یک سن پایین وجود داشته باشد یا آنکه تا اواخر سالهای دانشگاه رشد و توسعه یابد جیم لوه (روان شناس ورزشی و رئیس دستگاههای

اجرای LGE¹ معتقد است که «انگیزه ی درونی مهمترین عامل پیشگویی کننده موفقیت ورزشی به شمار می رود».

علاقه شدید: عامل دیگری که با انگیزه درونی ارتباط نزدیک دارد عشق به بازی است .

ثبات: ورزشکاران با استعداد به ثبات عاطفی گرایش دارند

سرسختی، نگرش مثبت، واقع گرایی - تمرکز - تلاش - بردباری و رقابت جویی از دیگر ویژگیهای روان شناختی می باشد.

4. عوامل ناملموس

علاوه بر مسائل ذکر شده عوامل دیگری در شناخت ورزشکاران با استعداد نقش دارند که به دلیل نا ملموس بودن آنها می توان از آنها به عنوان عوامل نا ملموس یاد کرد، برخی از این عوامل عبارتند از: 1- موفقیت در کارهای غیر ممکن 2- تأثیر مثبت بر هم تیمی ها 3 - تشخیص توپ و موقعیت ها 4- قرار دادن هم تیمی ها در موقعیت بهتر 5- پیش بینی 6- مربی پذیری 7- سازگاری با شرایط 8- تجلی در شرایط مقتضی 9- غریزه قوی 10- ارائه بازیهای قابل توجه

ورزشکارانی که از این صفات بر خوردارند افرادی نادر به شمار می روند و از استعداد ذاتی بر خور دار هستند و این نکته را نباید فراموش کرد که این قابلیتها در زمان رقابت بیشتر بروز پیدا می کند.

توصیه های عملی به مربیان ، معلمان ، والدین در برآورد توانایی ورزشکاران

پیش بینی استعداد به برآوردهای دقیقی فراتر از مشاهده طبیعی یا اندازه گیری ساده نیاز دارد و نمی توان بر اساس میزان پیشرفت اولیه کودک پیشرفتهای بعدی او را تخمین زد . این موضوع به ماهیت رشته های ورزشی، مراحل یادگیری و به ویژه تغییرات عاطفی - اجتماعی مربوط می شود. مرحله اول یادگیری یک مهارت مرحله شناختی است که در آن تواناییهای حرکتی و شناختی نقش زیادی دارد. در مرحله واسطه ای یا تداعی، عوامل ادراکی - حرکتی و

¹- LEG performance systems

حس حرکتی - بدنی و در مرحله خودکار، بی نیازی از بازخوردهای بینایی و رهایی از کنترل قشر مغز یا سرعت و دقت اهمیت بیشتری دارد. در مراحل اولیه که افراد انگیزه های درونی و بالایی برای یادگیری و اجرا دارند، به موفقیت بیشتری می رسند یا افرادی که به مراحل پیچیده و دشوار مهارت می رسند ممکن است اعتماد بنفس خود را از دست بدهند. بنابراین بهتر است هنگامی که یک استعداد واقعی را کشف می کنید آن را حمایت نمایید، رشد دهید، به چالش وادارید، و از تجارب مربوط به آن لذت ببرید، اما در مورد آن دور اندیش باشید. وراى این استعداد ورزشی زود گذر، با یک کودک عادى مواجه هستیم که به محبت، فرصت، توجه، ونظمی که والدین و مربیان باید به تمامی کودکان اعم از با استعداد و بی استعداد ارزانی دارند، محتاج است.

منابع

- براون، جیم، «استعداد یابی در ورزش»، ترجمه سعید ارشب و الهام راد نیا، انتشارات علم و حرکت، چاپ اول، 1385
- رضانی نژاد، رحیم، « تربیت بدنی در مدارس» انتشارات سمت، چاپ اول 1382
- مگیل، ریچارد، ا، « تواناییها، تفاوت های فردی و استعداد یابی» ترجمه محمد کاظم واعظ موسوی، فصلنامه المپیک، سال هفتم، ش 18، 1379
- Gim Thorpe Quoted from: www.cmgww.com 2000
- Mildred Didrikson- Zaharias. National Women Hall of fame. Available: [www. Gretrwomen. Org](http://www.Gretrwomen.Org) 2000