



استعدادیابی ورزشی

دکتر محسن ابراهیمی

ضرورت استعدادیابی ورزشی

– تحقیق روی قهرمانان المپیک نشان داد اغلب آنها بین ۱۱ تا ۱۳ سال قبل از قهرمان شدن تمرینات حرفه ای خود را شروع کرده بودند.



مزایای استعدادیابی

- زمان مورد نیاز برای رسیدن به اوج عملکرد ورزشی به طور قابل توجهی کاهش می یابد.
- از صرف حجم بالایی از کار و انرژی مربی جلوگیری می کند، ورزشکارانی که دارای تواناییهای بالاتری هستند کارایی برنامه های تمرینی مربی را بالا می برند.
- به سبب شناسایی صحیح افراد، تعداد ورزشکاران و عملکرد مفید ورزش قهرمانی افزایش می یابد.
- افراد به سمت رشته هایی هدایت می شوند که از نظر جسمانی، فیزیولوژیکی، روانی برای آنها مناسب ترند.

مزایای استعدادیابی

- اعتماد به نفس ورزشکار را بالا می برد، چرا که اجراهای ورزشکار نخبه در مقایسه با ورزشکاران هم سن انتخاب نشده به طور قابل توجهی بالاتر است.
- فرصت ایجاد ارتباط با اساتید ورزش، که می توانند در زمینه های تمرین و ارزشیابی منظم ورزشکاران کمک کنند، افزایش می یابد.
- بسیاری از ورزشکاران جوان فرصت افزایش توانایی خود، رشد و رسیدن به سطح ورزشکاری خوب را به دلیل بی اطلاعی از ویژگیهای خاص خود از دست می دهند و به رشته ورزشی که می توانند در آن به شکوفایی برسند هدایت نمی شوند. استعدادیابی ورزشی از این امر جلوگیری می کند و ورزشکاران جوان را به سمت رشته ورزشی مناسب هدایت می کند.

نقاط ضعف استعدادیابی:

1. بعضی محققین فرآیند استعدادیابی را عدم توجه به علاقه های انسانی می دانند.
2. برای انتخاب افراد واقعاً مستعد لازم است از تعداد بسیار زیادی داوطلب، آزمایش های متعدد بعمل آید. این امر هزینه ها، انرژی و زمان مورد نیاز را به طور قابل ملاحظه ای افزایش می دهد.
3. گروهی از دانشمندان علوم ورزشی اعتقاد دارند که در بعضی مواقع چشمان تیزبین یک مربی آگاه و با تجربه به راحتی می تواند جایگزین روشهای پیچیده و پرخرج فرآیند استعدادیابی شود و نتایج بهتری نیز حاصل می گردد.
4. فرآیند استعدادیابی به تعداد قابل ملاحظه ای متخصص، ابزار پیشرفته و آزمایشهای تجربی و آزمایشگاهی نیاز داشته، پر خرج و وقت گیر است.

نقاط ضعف استعدادیابی:

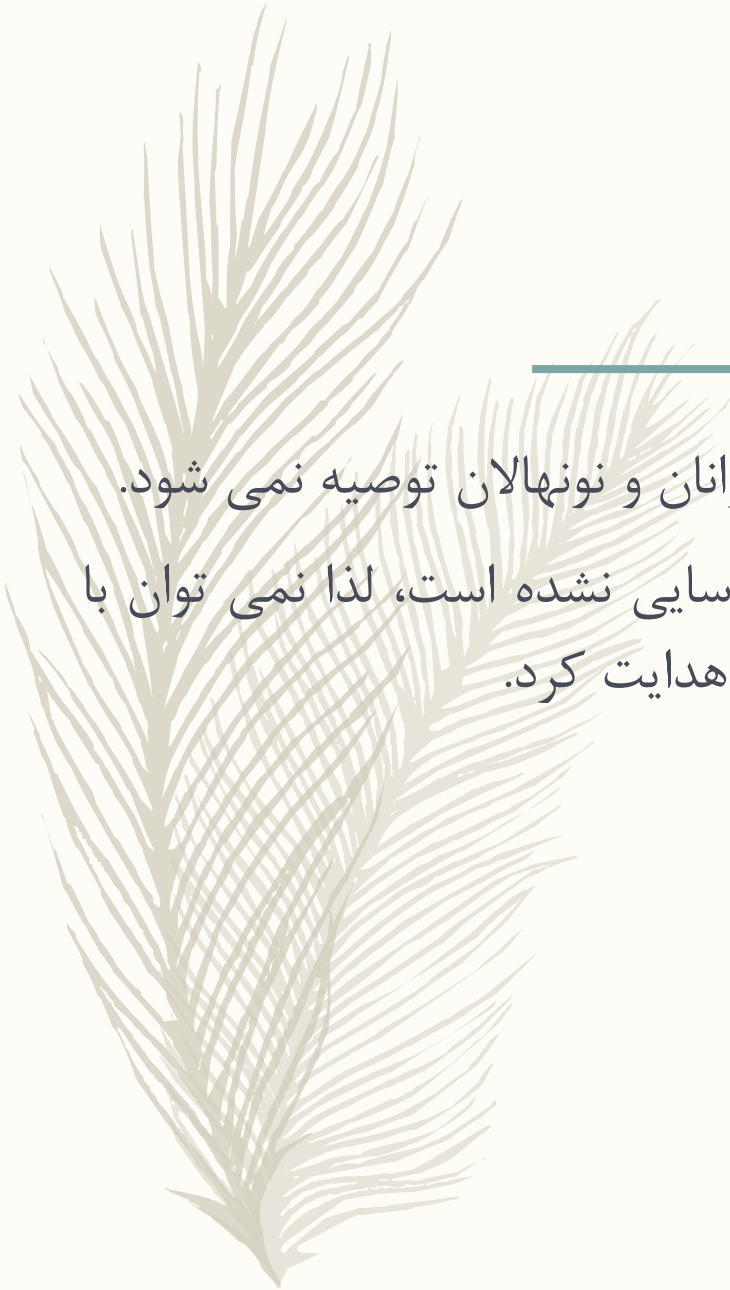
5. طبق نظر گروهی از متخصصین، قدرت پیش بینی آزمونهای استعدادیابی برای آینده کافی نیست و افرادی که شناسایی می شوند، ضرورتاً در آینده به درجات و مقامهای ورزشی مورد انتظار نمی رسند!!
6. بعضی از محققین بیان می کنند که امکان دارد همبستگی بالایی میان نتایج تستهایی که از جوانان و نوجوانان گرفته می شود با نتایج آتی آنها وجود نداشته باشد.
7. توانایی های حرکتی ارثی بوده و با تمرین تغییر نمی کنند، ولی گزینش و استفاده از این تواناییها با تمرین تغییر می کند. لذا پیش بینی عملکردهای تخصصی دشوار می شود.
8. در بعضی موارد، رشد عمومی و وضعیت برجسته جسمانی نونهالان، با استعداد واقعی ورزشی اشتباه گرفته می شود.

نقاط ضعف استعدادیابی:

9. به نظر گروهی از دانشمندان علوم ورزشی، تخصصی کردن زود هنگام برای نوجوانان و نونهالان توصیه نمی شود.

10. سن مناسب برای استعدادیابی در رشته های مختلف ورزشی به طور قاطع شناسایی نشده است، لذا نمی توان با اطمینان خاطر، فرد نوجوان را در سن معینی به سمت تخصص ورزشی ویژه ای هدایت کرد.

11. فرآیند استعدادیابی مشکل است و پس از آن پیگیری مصرانه نیاز دارد.



جنبه های استعداد یابی



– بیولوژیک

– آنتروپومتریک

– ذهنی

– روانی

– بیومکانیکی

بیولوژیک

- نوع تار عضلانی (ST در مقابل FT)
- توان هوازی (به عنوان مثال اندازه قلب ممکن است متفاوت باشد)
- توان بی هوازی (به عنوان مثال ظرفیت تامپونی ممکن است متفاوت باشد)
- ظرفیت سوخت و سازی (به عنوان مثال ظرفیت آنزیمی کارا تر)
- تمرین پذیری بیولوژیک
- ...



آنترپومتریک



– قد ایستاده

– قد نشسته

– طول دست ها و پاها

– درصد چربی

– طول کف پا

– طول کف دست

– عرض شانه

– ...

ذهنی

– یادگیری مهارت

– تمرکز

– هوش

– ...



روانی

– سرسختی ذهنی

– مدیریت احساسات

– انگیزه

– ...



بیومکانیکی

- زاویه و طول اهرم ها (مثلا پلنتارفلکشن در پای والیبالیست ها)
- مرکز ثقل
- فرم دستها و پاها (مثلا برای شوت کات دار در فوتبال)



-
- در محیط های بزرگ تر استعداد های بیشتر و بهتری یافت می شود پس باید همه جامعه را درگیر کرد.
 - مدارس اولین پایگاه استعداد یابی ورزشی

