



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة وهران للعلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف  
معهد التربية البدنية و الرياضية

## اختبار مادة : الانتقاء و التوجيه الرياضي

### الاجابة النموذجية

يوم 17/01/2024

السداسي: الخامس

المستوى : السنة الثالثة ليسانس

### السؤال الاول:

أذكر خمس أهداف للانتقاء في المجال الرياضي ؟

الجواب :

- ✓ الاكتشاف المبكر لذوي المواهب والقدرات والاستعدادات والتي من خلالها تستطيع التوقع لما يصل اليه اللاعب في المستقبل.
- ✓ تحديد المواصفات المورفولوجية والانثروبومترية والبدنية الخاصة بالنشاط والتي يجب ان يمتلكها اللاعب لغرض تحقيق التفوق.
- ✓ إيجاد قاعدة عريضة من ذوي الموهبة والاستعداد الرياضي لاختيار الأفضل والأحسن من بينهم.
- ✓ عملية الانتقاء تؤدي الى الاقتصاد بالوقت والجهد والمال في عملية التدريب لمن يقع عليهم الاختيار والتنبؤ لهم بمستقبل زاهر في النشاط المناسب لهم.
- ✓ زيادة الدافعية للممارسة لتحقيق التوافق والتقارب بين الأفراد.
- ✓ بناء التدريب وتركيزه لغرض تطوير المواصفات التي يتصف بها الموهوبين.
- ✓ من خلال عملية الانتقاء نتمكن من تشخيص المتميزين من اللاعبين وبناء فريق متكامل للمشاركة في بطولات معينة او فرق المنتخبات الوطنية.
- ✓ تطوير عملية الانتقاء واختيار الموهوبين من خلال التنظيم وإجراء البحوث والدراسات.

✓ الانتقاء السليم يساعد في نجاح عملية التخطيط المبني على الأسس العلمية والتنبؤ أهم هذه الأسس.

### السؤال الثاني:

يتميز الشخص الموهوب عند رنزولي Renzulli بصفات سلوكية عديدة من بينها صفات الدافعية أذكر خمسة منها؟

الجواب:

صفات الدافعية :

- يسعى إلى إتقان تنفيذ أي عمل يرغبه و ينفذه بدقة .
- ينزعج من الأعمال الروتينية .
- يحتاج إلى قليل من الحث لإتمام عمله .
- يسعى إلى إتمام عمله بحرص شديد .
- يفضل العمل بمفرده .
- يهتم بأمور الكبار التي لا يبدي من هو في سنه أية اهتمام لها .
- يتصف بالحرز .
- يحب تنظيم الأشياء و العيش بطريقة منظمة .
- يفرّق بين الأشياء الحسنة و السيئة .

### السؤال الثالث:

اشرح طريقة التنبؤ بمستوى نمو الصفات البدنية للموهوبين أثناء عملية الانتقاء حسب معادلة برودي (مع ذكر المعادلة)؟

الجواب:

يعد التنبؤ من الأهداف الأساسية لعملية الانتقاء إذ إنّ الانتقاء في المراحل الأولى عملية

نتمكن من خلالها التعرف على استعدادات الموهوبين وقدراتهم ، والتنبؤ عما ستكون عليه هذه

الاستعدادات والقدرات في المستقبل .

إنّ النتائج التي تحققت في مرحلة الانتقاء الأولي لا يمكن أن تكون المؤشر والمعيار الأساس للانتقاء ، لان الكثير من هذه النتائج تتغير من جرّاء التدريب وبذلك تتحسن إمكانيات اللاعبين الوظيفية والبدنية وقد يحصل العكس وعلى سبيل المثال فإنّ بعض الموهوبين الذين سجلت لهم بعض القياسات الأولية في مرحلة الانتقاء الأولى وسجلوا نتائج متباينة في بعضها إلا أنّهم حققوا نتائج ومستويات عالية في فترات لاحقة من جرّاء التدريب المنظم والمقنن ، إنّ مستوى نمو الصفات البدنية في المرحلة الأولى من الانتقاء لا يعطي مؤشراً عما سيكون عليه اللاعب الناشئ الموهوب في المستقبل ولكن يعطي بعض الدلالات والمؤشرات التي يمكن أن نتنبأ بها بعد تهيئة كافة المستلزمات الضرورية للنجاح فضلاً عن أنها تكون مؤشرات وبيانات تدل على مدى استعداده الحالي .

إنّ القياس المبدئي الأول لمستوى نمو الصفات البدنية للموهوبين لا بُدَّ أن يحدد معدل التنبؤ لنمو هذه الصفات ومن خلال ذلك يمكن التنبؤ وبشكل دقيق بإمكانات الناشئ في المستقبل ، إذ إنّ القياس الأول الذي تم إجراؤه من خلال الاختبارات في المراحل الأولى لعملية الانتقاء يجب ان تساعد في عملية التنبؤ والوصول الى تحقيق نتائج جيدة . ومن أجل " تحديد تنبؤ لنمو الصفات البدنية يمكن استخدام **معادلة ( برودي )** والتي تعتمد على نتائج قياسات نمو الصفات البدنية بداية **بالقياس الأول** في المرحلة الأولى للانتقاء ثم يتم إجراء عدة قياسات أخرى خلال المرحلة الأولى من التدريب والتي تستغرق ما بين عام ونصف إلى عامين أو أكثر ، طبقاً لتقدير القائم بعملية الانتقاء ونوع النشاط الرياضي ، حيث يمكن بعد هذه الفترة على أقل تقدير التنبؤ بإمكانات الناشئ ( عالية ، متوسطة ، منخفضة ) ، ويمكن تنفيذ ذلك من الناحية الإجرائية اتباع الخطوات الآتية :

- 1- تسجيل جميع نتائج اختبارات الصفات البدنية في القياس الأول .
- 2- إعادة نفس الاختبارات السابقة بعد مرور ( 6 ) شهور من التدريب ويتم تسجيل النتائج قياساً ثانياً .
- 3- تستخدم معادلة ( برودي ) ؛ لتحديد تنبؤ نمو الصفات البدنية على وفق المعادلة الآتية :

ت % = \_\_\_\_\_

$$(2ق + 1ق) \times 0,05$$

تفسير رموز المعادلة :

ت % = معدل سرعة النمو ( تنبؤ النمو )

ق1 = نتيجة القياس الأول .

ق2 = نتيجة القياس الثاني .

4- إعادة نفس الاختبارات بعد ( 12 ) شهراً من التدريب ( الاختبار الثالث )، ويجري تحديد طريقة النمو كما تم ذكره في الفقرات السابقة واستخدام معادلة ( برودي ) من خلال نتائج القياس الثاني والثالث .

5- إجراء نفس الاختبارات بعد مرور سنة ونصف من بدأ التدريب ( القياس الرابع ) ويجري تحديد طريقة النمو كما تم ذكره في الفقرات أعلاه واستخدام معادلة ( برودي ) من خلال نتائج القياس الثالث والرابع .

وعلى وفق ذلك يمكن إجراء نفس الخطوات المتبعة لتنبؤ نمو الصفات البدنية في مراحل التدريب المختلفة لنمو القياسات الجسمية والانتروبومترية للناشئين والموهوبين ؛ لأنَّ التنبؤ بالمستقبل الرياضي للموهوب لا يمكن فقط من خلال التنبؤ بالصفات البدنية وإنما يجب إجراء الاختبارات لبقية الجوانب الأخرى .

**السؤال الرابع:**

يمكن تصنيف القياسات الأنتروبومترية الشائعة في المجال الرياضي الى خمس مجموعات أذكرها مع اعطاء مثال عن كل مجموعة ؟

الجواب:

يمكن تصنيف معظم القياسات الأنتروبومترية إلى خمس مجموعات وهي

الأطوال

## مثال: الطول الكلي للجسم

يقف اللاعب معتدل القامة أمام الجهاز بحيث تكون الذراعان على جانبي الجسم، يكون الرأس في وضع متعامد مع الجسم و النظر للأمام ووزن الجسم موزع على القدمين .

● **العروض مثال:** عرض المرفق (Elbow) : المسافة بين لقتي عظم العضد والمفصل بزاوية 90° والكف باتجاه وجه المفحوص.

● **المحيطات مثال:** محيط الصدر (Chest) : يتم أخذ محيط الصدر في مستوى فوق الحلمة بالضبط ويحتسب متوسط أقصى محيط شهيق وأدنى محيط زفير أثناء التنفس الاعتيادي.

● **سمك الثنايا الجلدية مثال:** سمك طية الجلد في منطقة ما تحت عظم لوح الكتف : ثنية مائلة تحت الزاوية السفلى لعظم لوح الكتف 1-2 سم باتجاه العمود الفقري.

وزن الجسم

بالتوفيق