

آموزشی

نویسنده:

محمدرضا علی‌جهان‌دیده

کارشناس ارشد

تربیت بدنی و علوم ورزشی

دبیر تربیت بدنی

آموزش و پرورش

(زقان - استان فارس)

مقدمه

استعداد ورزشی به دید مشاهده کننده بستگی دارد. اکثر والدین و مربیان به این موضوع فکر می‌کنند که ورزشکاران زبده‌ی آن‌ها، در مسیر موفقیت خود به اهدافی از جمله قهرمانی در ورزش حرفه‌ای دست یابند. این والدین و مربیان به دلیل همین دوراندیشی که گاهی ممکن است به پیراهن نیز کشیده شود، پول، وقت و انرژی بسیار زیادی صرف می‌کنند. اما ارزیابی استعداد ورزشی از دید مربیان و استعدادیابی‌های کارآموز، کاری دشوارتر است. 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 نمی‌تواند برتری ورزشی را تضمین کند. در این مقاله برآنیم تا نگرش والدین و مربیان زحمات کشتی را که به دنبال کشف استعداد‌های فرزندان و شاگردان خود هستند، به سمت و شیوی مناسب سوق دهیم.

استعداد 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 پیش‌بینی 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 به تدریج رشد می‌کند و سرعت رشد آن نیز در افراد متفاوت است. تشخیص استعداد از پیش‌بینی آن آسان‌تر است. چون استعداد در مراحل خاصی از دوران رشد بروز می‌کند. مثلاً استعداد نقاشی و موسیقی در دوره‌ی دبستان و استعداد ریاضیات و علوم در دوره‌ی راهنمایی و دبیرستان آشکار می‌شود. هر فرد دارای استعداد‌های فراوانی است که از آن جمله می‌توان به استعداد حرکتی نیز اشاره کرد. این استعداد در اجرای فعالیت‌های حرکتی - ورزشی نقش بسزایی دارد. استعداد حرکتی و ورزشی

کودکان را می‌توان با مشاهده‌ی دقیق تشخیص داد، زیرا فعالیت‌های حرکتی کودکان اولین و ساده‌ترین رفتارهایی است که بروز پیدا می‌کنند و در دوره‌ی ابتدایی قابل تشخیص است. البته استعداد حرکتی، صرفاً پایه‌ی 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 روان‌شناختی فرد وابسته است. گاردنر^۱ در نظریه‌ی «هوش چندگانه یا مختلط» خود، هوش را به هفت نوع

تقسیم کرده است: هوش حرکتی-بدنی^۲، هوش فضایی، هوش زبانی یا کلامی، هوش منطقی-ریاضی، هوش بین فردی و هوش فرا شخصی یا فرافردی. 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 اهمیت دارد، هوش حرکتی و بدنی است. افراد دارای هوش فضایی، جهت اشیا را در فضا به خوبی درک می کنند، در جهت یابی قوی هستند و از حس تصویرسازی 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 مؤثرند. اجرای حرکات به جهت یابی و درک فضایی، و موفقیت در ورزش های گروهی به همکاری و هوش بین فردی وابسته است.

استعداد حرکتی-ورزشی

استعداد ورزشی به اندازه ی توانایی سریع دیدن روی یک مسیر مستقیم، باریک و محدود است، و به اندازه ی توانایی بازی پشت مدافع در ورزش های گروهی، وسعت و گستردگی دارد. مایکل جانسون که قهرمان دوی سرعت المپیک است، بالاترین حد استعداد ورزشی را به نمایش می گذارد. با این حال، مهارت های او بیشتر یک بعدی هستند (استعداد یک بعدی).

استعداد ورزشی هم چنین می تواند تا توانایی بازی کردن در پست گارد رأس بسکتبال وسعت داشته باشد. چرا که باید در هر لحظه ی بازی، مهارت های جسمانی، عاطفی و ناملموس^۴ را باهم تلفیق کرد. گرچه این بازیکنان به ندرت در یک مسیر مستقیم سریع می دوند، اما در

عوض باید تصمیم بگیرند، بازی ها را پیش بینی کنند، توپ را در اختیار بگیرند، بدون، تغییر جهت دهند، و نسبت به بازیکنان خودی و حریف عکس العمل نشان دهند. استعداد ورزشی این افراد چند بعدی است (استعداد چند بعدی).

بعضی از ورزشکاران به دلیل تخصص یافتن زود هنگام، رقابت و مقدار پول هنگفتی که به آنها داده می شود، در یک رشته ی ورزشی ماهر می شوند. اما عده ای دیگر در چندین رشته به صورت حرفه ای بازی می کنند و غالباً در همه ی آنها موفق هستند. برای مثال، آقای بیت دیدریکسون ۱۸ ساله در ۱۶ جولای ۱۹۳۲، در بیومونت تکراس، به عضویت اتحادیه ی ورزشکاران آماتور و مسابقات قهرمانی دو میدانی ملی درآمد. او با قد ۱۶۰ سانتی متر و وزن ۴۸ کیلوگرم، در رشته های پرتاب وزنه، پرتاب توپ بیس بال، پرش طول، دو ۸۰ متر با مانع، پرش ارتفاع، و پرتاب نیزه به مدال طلا دست یافت. او ورزشکار شگفتی سازی بود که فعالیت خود را به عنوان یک بسکتبالیست شروع کرد. سپس در المپیک ۱۹۳۲ دو مدال طلا و دو و میدانی را به دست آورد. در سال ۱۹۳۵، دیدریکسون با داشتن ۸۲ پیروزی در تورنمنت های متفاوت طی ۲۰ سال زندگی خود، رشته ی 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 ی رده های سنی ورزشکاران با استعدادی وجود دارند که در فعالیت های ورزشی خود برترند و حتی بر حریفان خود غالب می شوند. اما آنها فقط در آن چه که اکنون انجام می دهند، خوب هستند. اگر ورزشکاری در سن ۱۰ سالگی خوب است، تضمینی وجود ندارد که در سنین ۱۵، ۱۶ یا ۲۰ سالگی هم خوب باشد.

استعدادیابی حرکتی-ورزشی

برنامه ریزی برای رشد و توسعه ی استعداد حرکتی از اوایل کودکی امکان پذیر است. توانایی های حرکتی در مراحل متفاوت یادگیری تأثیر یکسانی ندارند و در هر مرحله از یادگیری، به توانایی های خاصی نیاز است. در مراحل اول یادگیری، «توانایی فضایی»^۵ و در مراحل نهایی یادگیری، «توانایی حسی حرکتی»^۶ مهم تر از سایر توانایی هاست. 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، 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 معلمان 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 این مؤلفه ها امکان پذیر است:

۱. شناسایی و اندازه گیری ویژگی های جسمانی و بدنی؛
۲. شناسایی و اندازه گیری عملکرد ادراکی-حرکتی (توانایی حرکتی)؛
۳. شناسایی و اندازه گیری توانایی یادگیری مهارت های ورزشی؛
۴. شناسایی و اندازه گیری ویژگی های روانی و عاطفی؛
۵. شناسایی عوامل ناملموس.

اندازه گیری به منظور انتخاب باید در طول دوران رشد انجام گیرد و چند مرحله ای باشد؛ زیرا پیش بینی یا انتخاب اولیه دقت لازم را ندارد. از طرف دیگر،

انتخاب چند مرحله‌ای به مریبان امکان می‌دهد که دانش آموزان را از نظر تغییرات رشدی در زمینه‌ی جسمانی، عاطفی-اجتماعی و فرهنگی تحت کنترل داشته باشند. از طرف دیگر، اندازه‌گیری مستمر در دوران مدرسه امکان تغییر و اصلاح انتخاب اولیه و هدایت فرد را به رشته‌های ورزشی مشابه و نزدیک فراهم می‌آورد. این نکته را نباید نادیده گرفت که عوامل زیادی مانند تبلیغ و تأکید رسانه‌های گروهی، علاقه‌ی والدین یا سایر اعضای خانواده، امکان دست‌رسی بیشتر به تسهیلات ورزشی، و گروه هم‌تایان نیز در فرایند انتخاب و اصلاح رشته‌ی ورزشی مورد علاقه‌ی دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارند.

جدول ۱. اهمیت ویژگی‌های جسمانی

ورزش	فوتبال	شنا	دو		والیبال	کشتی
			استقامت	سرعت		
جهت	مزیت است	قد و طول اندام مزیت به شمار می‌رود	پیش نیاز نیست	عامل مهمی نیست	قد مزیت است و شاید پیش نیاز باشد	به دلیل وجود رده‌های وزنی، عامل مهمی به شمار نمی‌رود
سرعت	پیش نیاز است	کاربرد ندارد	پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست
چالاکتی	پیش نیاز است	کاربرد ندارد	پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	پیش نیاز است	پیش نیاز است
قدرت	قدرت پایین‌تنه پیش نیاز است	پیش نیاز است	قدرت پایین‌تنه پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	مزیت است 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 دست‌وپا 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 است و شاید پیش نیاز باشد
هماهنگی	هماهنگی عمومی و هماهنگی چشم و پا پیش نیاز است.	هماهنگی عمومی یک مزیت است	هماهنگی عمومی پیش نیاز است	هماهنگی عمومی پیش نیاز است	هماهنگی عمومی و هماهنگی چشم و دست پیش نیاز است	هماهنگی عمومی پیش نیاز است
آمادگی قلبی تنفسی	برای بازی مداوم پیش نیاز است	برای رشته‌های استقامتی پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	پیش نیاز است	عامل مهمی نیست	در زمان‌های سه دقیقه‌ای مزیت است
بینایی	مزیت است	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست	عامل مهمی نیست	مزیت است	عامل مهمی نیست

۱. شناسایی و اندازه‌گیری ویژگی‌های جسمانی

برای توصیف قابلیت‌های جسمانی ورزشکاران از واژه‌های بسیاری استفاده می‌شود: جهه، سرعت، چالاکتی، قدرت، توان، چابکی، انعطاف‌پذیری، هماهنگی، استقامت و بینایی. اما چون افراد تعاریف و تعابیر خودشان را از این واژه‌ها دارند، معمولاً مشکل به وجود می‌آید. برای مثال، آن معنایی که قدرت برای یک فرد دارد، ممکن است برای فرد دیگر به مفهوم توان باشد. هم‌چنین، اندازه‌گیری تغییرات زیستی و فیزیولوژیک در مدارس یا بسیاری از باشگاه‌ها بسیار دشوار است. به این منظور می‌توان از «جدول و فرمول‌های رشد» و نیز

«هنجارهای جسمانی و بدنی مورد نیاز رشته‌های ورزشی» استفاده کرد. مطالعه‌ی جدول‌ها و منحنی‌های سرعت رشد در مراحل سنی متفاوت اطلاعات مفیدی را درباره‌ی تغییرات عوامل اندازه‌گیری شده در اختیار مریبان می‌گذارد.

در جدول ۱ اهمیت برخی ویژگی‌های جسمانی در چند رشته‌ی ورزشی انفرادی و گروهی بیان شده است. این ویژگی‌ها که به مریبان، والدین و ورزشکاران در ارزیابی ظرفیت موفقیت کمک می‌کنند، به سه دسته‌ی زیر طبقه‌بندی می‌شوند:

۱. آن‌هایی که عامل مهمی محسوب نمی‌شوند و برای دست‌یابی به سطوح بالای عملکرد نیازی به آن‌ها نیست.

۲. مزیت‌ها؛ ویژگی‌هایی که مشارکت دارند، اما ضروری نیستند.

۳. پیش‌نیازها که برای دست‌یابی به سطوح بالای عملکرد لازم و ضروری به‌شمار می‌روند. وضعیت بدنی افراد نیز بر عملکرد ورزشی تأثیر می‌گذارد. برای مثال، افرادی که اندکی پای متمایل به داخل یا پنجه‌ی کبوتری دارند، در پیمودن مسافت‌های کوتاه با سرعت زیاد، از افراد معمولی برترند. برعکس، پای متمایل به بیرون یا پنجه‌اردکی، برای شنای کراال سینه مناسب است و تحرک زیاد در مفصل شانه یک برتری در شنای پروانه محسوب می‌شود.



مجله های رشد توسط دفتر انتشارات کمک آموزشی سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وابسته به وزارت آموزش و پرورش تهیه و منتشر می شوند:

- مجلات دانش آموزی** (به صورت ماهنامه و ۸ شماره در هر سال تحصیلی منتشر می شوند)
- **رشد کودک** (برای دانش آموزان آمادگی و پایه ی اول دوره ی ابتدایی)
 - **رشد نوآموز** (برای دانش آموزان پایه های دوم و سوم دوره ی ابتدایی)
 - **رشد دانش آموز** (برای دانش آموزان پایه های چهارم و پنجم دوره ی ابتدایی)
 - **رشد نوجوان** (برای دانش آموزان دوره ی راهنمایی تحصیلی).
 - **رشد جوان** (برای دانش آموزان دوره ی متوسطه).

- مجلات عمومی** (به صورت ماهنامه و ۸ شماره در هر سال تحصیلی منتشر می شوند)
- **رشد آموزش ابتدایی**، **رشد آموزش راهنمایی تحصیلی**، **رشد تکنولوژی آموزشی**، **رشد مدرسه فردا**، **رشد مدیریت مدرسه**، **رشد معلم**

- مجلات تخصصی** (به صورت فصلنامه و ۴ شماره در سال منتشر می شوند)
- **رشد برهان راهتمایی** (مجله ریاضی برای دانش آموزان دوره ی راهنمایی تحصیلی)، **رشد برهان متوسطه** (مجله ریاضی برای دانش آموزان دوره ی متوسطه)، **رشد آموزش قرآن**، **رشد آموزش معارف اسلامی**، **رشد آموزش زبان و ادب فارسی**، **رشد آموزش هنر**، **رشد مشاور مدرسه**، **رشد آموزش تربیت بدنی**، **رشد آموزش علوم اجتماعی**، **رشد آموزش تاریخ**، **رشد آموزش جغرافیا**، **رشد آموزش زبان**، **رشد آموزش ریاضی**، **رشد آموزش فیزیک**، **رشد آموزش شیمی**، **رشد آموزش زیست شناسی**، **رشد آموزش زمین شناسی**، **رشد آموزش فنی و حرفه ای**

مجلات رشد عمومی و تخصصی برای آموزگاران، معلمان، مدیران و کادر اجرایی مدارس، دانشجویان مراکز تربیت معلم و رشته های دبیری دانشگاه ها و کارشناسان تعلیم و تربیت تهیه و منتشر می شوند.

◆ نشانی: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی - ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش - پلاک ۲۶۸ - دفتر انتشارات کمک آموزشی
◆ تلفن و نمابر ۸۸۸۳۹۱۸۶

۲. شناسایی و اندازه گیری عملکرد ادراکی - حرکتی

سرعت و دقت در تصمیم گیری، تمرکز و توجه، انسجام بین اطلاعات و گیرنده های عمقی و مواردی از این قبیل، به توانایی حرکتی - ادراکی فرد وابسته است. دقت دیداری در تیراندازی، 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. برای اندازه گیری این توانایی تابلوهای بینایی سنجی و دستگاه های سنجش زمان واکنش استفاده می شود.

۳. شناسایی و اندازه گیری توانایی ورزشی

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

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

سرعت دودیدن، بالا پریدن یا قدرت زیاد یک جنبه از فعالیت بدنی است، و حضور ذهن داشتن برای استفاده از استعداد جسمانی بکر در یک محیط رقابتی پیچیده، جنبه ی واقعاً متفاوت دیگری است. منظور برخورداری از ضریب هوشی بالا نیست، بلکه در درون ما یا تصویر بزرگ تری از فعالیت ورزشی، ترکیب آن دسته اطلاعات با مهارت های جسمانی است که بر نتیجه ی نهایی اثر می گذارد.

ویژگی های روانی و عاطفی به

اندازه ای مهم هستند که نقش عوامل دیگر را کم می سازند. به طور کلی، چند ویژگی روان شناختی که برای موفقیت و استعدادیابی ورزش بسیار اهمیت دارند و مریبان به آن ها توجه داشته باشند، عبارت اند از:

● **انگیزه ی درونی**: که می تواند در سن پایین وجود داشته باشد یا آن که تا اواخر سال های دانشگاه رشد و توسعه یابد. **جیم لوهر**، روان شناس ورزشی و رییس دستگاه های اجرایی (LGE)^۷ معتقد است: «انگیزه ی درونی مهم ترین عامل پیش بینی کننده ی موفقیت ورزشی به شمار می رود.»

● **علاقه ی شدید**: عامل دیگری که با انگیزه ی 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 جوی** از دیگر ویژگی های روان شناختی هستند.

۵. عوامل ناملموس

علاوه بر مسائل ذکر شده، عوامل دیگری در شناخت ورزشکاران با استعداد نقش دارند که به دلیل ناملموس بودن، می توان از آن ها به عنوان عوامل ناملموس یاد کرد. برخی از این عوامل عبارت اند از:

۱. موفقیت در کارهای غیر ممکن؛ ۲. تأثیر مثبت بر هم تیمی ها؛ ۳. تشخیص توپ و موقعیت ها؛ ۴. قراردادن هم تیمی ها در موقعیت بهتر؛ ۵. پیش بینی؛ ۶. مریب پذیری؛ ۷. سازگاری با شرایط؛ ۸. تجلی در شرایط مقتضی؛ ۹. غریزه ی قوی؛ ۱۰. ارائه ی بازی های قابل توجه. ورزشکارانی که از این صفات برخوردارند، افرادی نادر به شمار می روند و از استعداد ذاتی برخوردار هستند. این نکته را نیز نباید فراموش کرد که این





شرایط:

- ۱. واریز مبلغ ۳۰/۰۰۰ ریال به ازای هر عنوان مجله درخواستی، به صورت علی الحساب به حساب شماره‌ی ۳۹۶۶۲۰۰۰ بانک تجارت شعبه سه راه آزمایش (سرخه حصار) کد ۳۹۵ در وجه شرکت افست
- ۲. ارسال اصل رسید بانکی به همراه برگ تکمیل شده اشتراک

جدول ۲. اندازه های بدنی (تیپ بدنی) متناسب برای رشته های ورزشی متفاوت

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

بدهند. بنابراین بهتر است، هنگامی که یک استعداد واقعی را کشف می کنید آن را حمایت کنید، رشد دهید، به چالش وادارید، و از تجارب مربوط به آن لذت ببرید؛ اما در مورد آن دوراندیش باشید. و رای این استعداد ورزشی زودگذر، با یک کودک عادی مواجه هستیم که به محبت، فرصت، توجه، و نظمی که والدین و مربیان باید به تمامی کودکان اعم از بااستعداد و بی استعداد ارزانی دارند، محتاج است.

- پی نویس**
1. Aptitude
 2. Gardner, 1983-1993
 3. Bodiy-Kinesthetic intelligence
 4. In tangible skills
 5. Spatial ability
 6. Kines thetic
 7. Performance systems

منابع

۱. براون، جیم. استعدادیابی در ورزش. ترجمه ی سعید ارشب و الهام رادنیسا. انتشارات علم و حرکت. چاپ اول. ۱۳۸۵.
۲. رضانی نژاد، رحیم. تربیت بدنی در مدارس. انتشارات سمت. چاپ اول. ۱۳۸۲.
۳. مگیل، ریچارد. «توانایی ها، تفاوت های فردی و استعدادیابی». ترجمه ی محمدکاظم واعظ موسوی. فصل نامه ی المپیک. سال

قابلیت ها در زمان رقابت بیشتر بروز پیدا می کند.

توصیه های عملی برای برآورد توانایی ورزشکاران

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

نام مجله:

نام و نام خانوادگی:

تاریخ تولد:

میزان تحصیلات:

تلفن:

نشانی کامل پستی:

استان: شهرستان:

خیابان:

پلاک: کدپستی:

مبلغ واریز شده:

شماره و تاریخ رسید بانکی:

آیا مایل به دریافت مجله درخواستی به صورت پست پیشنهادی هستید؟ بله خیر

امضا:

نشانی: تهران - صندوق پستی ۱۶۵۹۵/۱۱۱
 نشانی اینترنتی: www.roshdmag.ir
 پست الکترونیک: info@roshdmag.ir
 امور مشترکین: ۷۷۳۳۶۵۶ - ۷۷۳۳۵۱۱۰
 پیام گیر مجلات رشد: ۸۸۳۹۲۳۲ - ۸۸۳۰۱۴۸۲

یادآوری:

- ♦ هزینه برگشت مجله در صورت خوانا و کامل نبودن نشانی، بر عهده مشترک است.
- ♦ مبنای شروع اشتراک مجله از زمان وصول برگ اشتراک می باشد.
- ♦ برای هر عنوان مجله برگ اشتراک جداگانه تکمیل و ارسال کنید (تصویر برگ اشتراک نیز مورد قبول است)