

# استعدادیابی در ورزش

www.ketab.ir

نویسندگان:

دکتر زهرا کوهستانی

دکتر هما خالق زاده

بنفشه فرودی

ویراستار علمی:

دکتر زهرا کوهستانی

# استعدادیابی در ورزش



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

- سرشناسه  
عنوان و نام پدیدآور  
مشخصات نشر  
مشخصات ظاهری  
شابک  
وضعیت فهرست نویسی  
پادداشت  
موضوع  
شناسه افزوده  
شناسه افزوده  
رده بندی کنگره  
رده بندی دیویی  
شماره کاتالوژی ملی  
اطلاعات رکورد کتابشناسی
- : کوهستانی، زهرا، ۱۳۶۷-  
: استعدادیابی ورزشی/نویسندگان زهرا کوهستانی، هما خالوزاده، بنفشه فرودی؛  
ویراستار علمی زهرا کوهستانی.  
: بیرجند: صبح امروز، ۱۴۰۰.  
: ۲۴۵ ص.  
: 978-622-6884-37-2  
: فیبا  
: کتابنامه: ص. ۲۰۷- ۲۴۵.  
: استعداد ورزشی -- آزمون‌ها  
Athletic ability -- Testing  
: خالوزاده، هما، ۱۳۶۸-  
: فرودی، بنفشه، ۱۳۶۵-  
: GV۲۳۶  
: ۷۹۶/۰۷  
: ۸۷۰۳۸۴۴  
: فیبا

نویسندگان: دکتر زهرا کوهستانی، دکتر هما خالقی زاده، بنفشه فرودی

ویراستار علمی: دکتر زهرا کوهستانی

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

ناشر: صبح امروز

نوبت چاپ: اول - پاییز ۱۴۰۰

لیتوگرافی و چاپ: چاپخانه امروز خراسان جنوبی ۳۲۴۵۹۵۲۴ - ۵۶

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۸۴-۳۷-۲

قیمت: ۵۰۰/۰۰۰ ریال

انتشارات صبح امروز

بیرجند - خیابان مدرس - مدرس ۲۴ - پلاک ۲۷۸ - واحد ۲  
تلفن: ۰۵۶-۳۲۴۴۴۵۲۴ ایمیل: nashremrooz@gmail.com



## فهرست مطالب

|     |                                            |
|-----|--------------------------------------------|
| ۷   | ..... مقدمه                                |
| ۱۱  | ..... ابعاد و مراحل                        |
| ۱۱  | ..... استعدادیابی ورزشی                    |
| ۴۳  | ..... ویژگی های آنترپومتریک                |
| ۶۱  | ..... ویژگی های فیزیولوژیک و جسمانی        |
| ۷۷  | ..... ژنتیک                                |
| ۸۵  | ..... ویژگی های روانشناختی                 |
| ۱۰۱ | ..... ویژگی های شخصیتی جنسیتی              |
| ۱۳۷ | ..... نسبت انگشت دوم به چهارم              |
| ۱۵۷ | ..... درماتوگلیفیک                         |
| ۱۶۷ | ..... استعدادیابی در فوتبال                |
| ۱۸۵ | ..... مدل ها و تست های استعدادیابی در ورزش |

## مقدمه

اگر قرن اخیر را دوران پیشرفتهای خارق العاده بدانیم نکته گزافی نیست. بشر در این دوران با اکتشافات و اختراعات و ابتکارات دریچه‌ای نو به سوی خود گشوده است. به یقین توسعه آگاهی‌های انسان به مدد علم و پژوهش حاصل شده است. امروز گسترش رشته‌های گوناگون علوم، زمینه‌ای هموار برای شناخت پدیده‌های نامعلوم دیگر را فراهم ساخته و بسیاری از مکشوفات جدید مرهون تأثیرگذاری پدیده‌های مختلف بر یکدیگر است. در میان رشته‌های متنوع علمی، حوزه تربیت بدنی و ورزش نیز دستخوش تحولاتی اساسی شده و در حال حاضر دنیایی از دانستنی‌ها در این رشته علمی در پیش روی بشر قرار گرفته است. بدون شک عدم به کارگیری علوم گوناگون ورزشی، راه پیشرفت مستمر را چه در زمینه بهداشت ورزشی و چه در امر پرورش استعدادها فراهم نخواهد ساخت. با پیشرفت روز افزون علم و فناوری، ورزش نیز از این قافله عقب نمانده است. در مقایسه با گذشته، رکوردهای ایده آلی ثبت شده است. در دنیای کنونی، برای رسیدن به قله‌های پیشرفت و ترقی، توجه به اصول علمی در ورزش ضروری است. به هنگام

مشاهده حرکات موزون و اجرای مهارت های پیچیده قهرمانان، سئوالاتی در ذهن نقش می بندد که آیا کلیه افراد علاقه مند با تمرینات خاص می توانند خود را به سطح قهرمانی برسانند؟ آیا ورزشکاران برای رسیدن به سطح قهرمانی باید از ویژگی های جسمانی و روانی خاصی برخوردار باشند؟ آیا برای جبران عقب ماندگی در صحنه رقابت های ورزشی باید به دنبال افرادی با ویژگی های خاص جسمانی و روانی بود؟ و سرانجام معیار نخبه شدن در هر ورزش چیست؟ شناخت کافی از علوم مختلف ورزش در رسیدن به اوج موفقیت اهمیت بسیاری دارد، اما به کارگیری این علوم بدون تعیین پیش نیازهای اولیه فرصت به کارگیری مفید علوم را محدود می کند. با عنایت به این مطلب، از جمله وظایف مربیان، غیر از آگاهی از علوم ورزشی، توانایی در انتخاب نیروی مستعد برای رشته مورد نظر است که به نظر بیشتر صاحب نظران و متخصصان فن، عاملی فوق العاده مهم و پیش نیاز اولیه و لازم برای موفقیت در ورزش است. بی شک بی توجهی به برخی از عوامل یا پیش نیازهای اولیه و تعیین کننده که تحت عنوان استعدادیابی مطرح است، اگرچه احتمال موفقیت را نا ممکن نمی سازد، بی تردید احتمال آن را محدود و ضعیف خواهد کرد. این پیش نیازها ممکن است دارای جنبه های آنترپومتریکی، فیزیولوژیکی، مهارتی، روانشناختی و غیره باشد. آگاهی از عوامل موثر در کسب پیروزی و موفقیت ورزشکاران، به مطالعات و پژوهش های بسیاری نیاز دارد. در دنیای کنونی، برای رسیدن به قله های پیشرفت و ترقی، توجه به اصول علمی در ورزش ضروری است. زیاد بودن هزینه های زمانی و مالی تربیت ورزشکاران زبده، دست اندرکاران امور ورزشی را وادار کرده تا با در نظر گرفتن عوامل تعیین کننده، افراد برتر را در ورزش های ویژه شناسایی کنند.

یکی از عواملی که می تواند در کسب موفقیت قهرمانان مطرح باشد، ساختار و ویژگی های بدنی است که در اکثر رشته های ورزشی نقش مهم و اساسی دارد. بر همین اساس هر رشته ورزشی به دلیل شرایط ویژه خود، شکل و ترکیب بدنی خاصی دارد. مجموعه ای از این مشخصه ها می تواند ملاکی برای انتخاب شدن در

یک رشته ی ورزشی ویژه باشد. برای رسیدن به مقام های قهرمانی، ورزشکاران را با توجه به این ویژگی ها انتخاب می کنند و سپس مورد آزمایش و تمرین های ویژه قرار می دهند. علم و تجربه نشان داده است آنان که از شکل و ترکیب بدنی مناسبی برای رشته ورزشی برخوردارند، موفق تر از افرادی هستند که فاقد ویژگی های بدنی لازم آن رشته هستند. بنابراین شناخت ویژگی های بدنی مناسب و انتخاب افراد ورزشکار بر اساس این ویژگی ها، می تواند در سطوح قهرمانی بسیار کارساز و موثر باشد. با توجه به اینکه دارا بودن ویژگی های آناتومیکی و آنتروپومتریکی از عوامل مهم کسب موفقیت در رشته های مختلف ورزشی می باشد، آیا می توان با بررسی ویژگی های آنتروپومتریکی ورزشکاران رشته های مختلف ورزشی، افرادی که قابلیت نخبه شدن در رشته ی ورزشی خاص را دارند شناسایی کرد و کمک شایانی به استعدادیابی ورزشی کرد؟ عملکردها و اجراهای ورزشی ورزشکاران، روز به روز پیشرفت می کند به طوری که نوع عملکرد ورزشکاران نخبه دهه های گذشته، برای ورزشکاران امروزی، امری عادی و معمولی به حساب می آید. بنابر این، هر روز رکوردی جدیدتر در میادین ورزشی برجای گذاشته می شود. یکی از عوامل بسیار مهم و مؤثر در زمینه رشد چشمگیر و خیره کننده ورزشکاران، شناسایی به موقع و علمی استعداد های ورزشی است. بدون شک اجرای ورزشی تا حد بالایی می تواند بوسیله متغیر های آنتروپومتریک، فیزیولوژیک و جسمانی پیش بینی شود و این راهی است که می تواند بخشی از موفقیت ورزشی را تضمین کند.

استعداد ورزشی به دید مشاهده کننده بستگی دارد. اکثر والدین و مربیان به این موضوع فکر می کنند 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 می نمایند. اما ارزیابی استعداد ورزشی از دید مربیان، استعداد های کارآموز چیز دشوارتری می باشد، آنها می دانند 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 نمی توان برتری ورزشی را تضمین نماید.