



دانشگاه سوادکوه

پروش استعداد ورزشی

(راهنمای کارشناسان و والدین)

دیو کالینز و آینه مک نامارا

ترجمه

دکتر فرزاد ملکی

نگار ایواندر مجید محمدی

امروز کتابخوانی و علم‌آموزی نه تنها یک وظیفه‌ی ملی، که یک واجب دینی است.^۱

مقام معظم رهبری

در عصر حاضر یکی از شاخصه‌های ارزیابی رشد، توسعه و پیشرفت فرهنگی هر کشوری میزان تولید کتاب، مطالعه و کتابخوانی مردم آن مرز و بوم است. ایران اسلامی نیز از دیرباز تاکنون با داشتن تمدنی چندهزارساله و مراکز متعدد علمی، فرهنگی، کتابخانه‌های معتبر، علما و دانشمندان بزرگ با آثار ارزشمند تاریخی، سرآمد دولت‌ها و ملت‌های دیگر بوده و در عرصه فرهنگ و تمدن جهانی به‌سان خورشیدی تابناک همچنان می‌درخشد و با فرزندان نیک‌نهاد خویش هنرنمایی می‌کند. چه کسی است که در دنیا با دانشمندان فرزانه و نام‌آور ایرانی همچون ابوعلی سینا، ابوریحان بیرونی، فارابی، خوارزمی و ... همچنین شاعران برجسته‌ای نظیر فردوسی، سعدی، مولوی، حافظ و ... آشنا نباشد و در مقابل عظمت آنها سر تعظیم فرود نیاورد. تمامی این افتخارات ارزشمند، برگرفته از میزان عشق و علاقه فراوان ملت ما به فراگیری علم و دانش از طریق خواندن و مطالعه منابع و کتاب‌های گوناگون است. به شکرانه الهی، تاریخ و گذشته ما، همیشه درخشان و پر بار است. ولی اکنون در این زمینه در چه جایگاهی قرار داریم؟ آمار و ارقام ارائه‌شده از سوی مجامع و سازمان‌های فرهنگی در مورد سرانه مطالعه هر ایرانی، برایمان چندان امیدوارکننده نمی‌باشد.

کتاب، دروازه‌ای به سوی گستره دانش و معرفت است و کتاب خوب، یکی از بهترین ابزارهای کمال بشری است. همه دستاوردهای بشر در سراسر عمر جهان، تا آنجا که قابل کتابت بوده است، در میان دست‌نوشته‌هایی است که انسان‌ها پدید آورده و می‌آورند. در این مجموعه بی‌نظیر، تعالیم الهی، درس‌های پیامبران به بشر، و همچنین علوم مختلفی است که سعادت بشر بدون آگاهی از آنها امکان‌پذیر نیست. کسی که با دنیای زیبا و زندگی‌بخش کتاب ارتباط ندارد بی‌شک از مهم‌ترین دستاورد انسانی و نیز از بیشترین معارف الهی و بشری محروم است. با این دیدگاه، به‌روشنی می‌توان ارزش و مفهوم رمزی عمیق در این حقیقت تاریخی را دریافت که اولین خطاب خداوند متعال به پیامبر گرامی اسلام (ص) این است که «بخوان!» و در اولین سوره‌ای که بر آن فرستاده عظیم‌الشأن خداوند، فرود آمده، نام «قلم» به تجلیل یاد

1. <https://farsi.khamenei.ir/message-content?id=2696>

شده است: «إِقْرَأْ وَ رَبُّكَ الْأَكْرَمُ. الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ» در اهمیت عنصر کتاب برای تکامل جامعه انسانی، همین بس که تمامی ادیان آسمانی و رجال بزرگ تاریخ بشری، از طریق کتاب جاودانه مانده اند.

دانشگاه پیام نور با گستره جغرافیایی ایران شمول خود با هدف آموزش برای همه، همه جا و همه وقت، به عنوان دانشگاهی کتاب محور در نظام آموزش عالی کشورمان، افتخار دارد جایگاه اندیشه سازی و خردورزی بخش عظیمی از جوانان جویای علم این مرز و بوم باشد. تلاش فراوانی در ایام طولانی فعالیت این دانشگاه انجام پذیرفته تا با بهره گیری از تجربه های گرانقدر استادان و صاحب نظران برجسته کشورمان، کتاب ها و منابع آموزشی درسی شاخص و خودآموز تولید شود. در آینده هم، این مهم با هدف ارتقای سطح علمی، روزآمدی و توجه بیشتر به نیازهای مخاطبان دانشگاه پیام نور با جدیت ادامه خواهد داشت. به طور قطع استفاده از نظرات استادان، صاحب نظران و دانشجویان محترم، ما را در انجام این وظیفه مهم و خطیر یاری رسان خواهد بود. پیشاپیش از تمامی عزیزانی که با نقد، تصحیح و پیشنهادهای خود ما را در انجام این وظیفه خطیر یاری می رسانند، سپاسگزاری می نمایم. لازم است از تمامی اندیشمندانی که تاکنون دانشگاه پیام نور را منزلگاه اندیشه سازی خود دانسته و ما را در تولید کتاب و محتوای آموزشی درسی یاری نموده اند، صمیمانه قدردانی گردد. موفقیت و بهروزی تمامی دانشجویان و دانش پژوهان عزیز آرزوی همیشگی ما است.

دانشگاه پیام نور

فهرست مطالب

سیزده

هفده

مقدمه

پیشگفتار

۱

بخش اول: اصول زیربنایی پرورش استعدادها

۳

فصل اول: افسانه‌ها و حقایق در رابطه با پرورش استعدادها

۳

مقدمه

۴

۱-۱ تبدیل توانایی به استعداد

۸

۲-۱ افسانه‌ها، حقایق و هشدارهای بهداشتی در رابطه با رشد استعدادها

۸

۱-۲-۱ تفکر هرمی

۸

۲-۲-۱ مشکل پیش‌بینی

۹

۳-۲-۱ مشکل مشارکت

۹

۳-۱ تعصب سیستماتیک در TID

۱۰

۴-۱ پیشرفت ورزشی پیچیده و غیرخطی است

۱۱

۵-۱ «ایده‌های چسبنده» در پرورش استعدادها

۱۱

۵-۱-۱ علم

۱۳

۶-۱ بستگی دارد! قانون هیوم و اجتناب از پاسخ‌های آشکار

۱۴

۷-۱ TD از دیدگاه زیستی-روانی-اجتماعی

۱۵

۸-۱ دیدگاه تخصصی در رابطه با فصل ۱

۱۷

نتیجه

۱۹

بخش دوم: گسترش پایگاه

۲۱

فصل دوم: ضرورت حرکت، اعتمادبه‌نفس و نگرش

۲۱

۱-۲ اهمیت پایه

۲۳

۱-۱-۲ پس چه چیزی موردنیاز نیست؟

۲۴

۲-۱-۲ ممکن است چه چیزی باشد؟

۲۵

۲-۲ تمرکز بر ترکیب مناسب - تله چاقی

۲۶

۳-۲ توانایی حرکتی عمومی - ملزومات

۲۷	۴-۲ برنامه درسی GMA
۲۸	۱-۴-۲ شناکردن
۲۹	۲-۴-۲ ژیمناستیک
۲۹	۵-۲ مهارت‌های ضربه‌زدن و هماهنگی دست و چشم
۳۰	۶-۲ مهارت‌های حرکتی درشت
۳۱	۷-۲ مهارت‌های حرکتی ظریف
۳۱	۱-۷-۲ خشن و زمخت
۳۲	۲-۷-۲ خلاقیت
۳۲	۳-۷-۲ فعالیت‌های تیمی
۳۲	۸-۲ دیدگاه کارشناسان در مورد فصل ۲
۳۵	۹-۲ تلفیق جنبه‌های روان‌شناختی در سواد بدنی

۳۷	فصل سوم: رویکرد ایده‌آل کودک نسبت به ورزش
۳۷	۱-۳ ایجاد بنیادی مستحکم برای آینده
۳۸	۲-۳ تمایز بین پتانسیل و عملکرد
۳۹	۳-۳ استعداد، ظرفیت ثابتی نیست
۴۰	۴-۳ استعداد به‌عنوان ساختار رشدی
۴۲	۵-۳ چگونه ذهنیت بر رفتار تأثیر می‌گذارد؟
۴۴	۶-۳ القای نگرش مثبت
۴۵	۷-۳ چگونه راه درست را ستایش کنیم؟
۴۶	۸-۳ توانمندسازی بازیکن
۴۹	۹-۳ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۳
۵۱	نتیجه

۵۳	فصل چهارم: بازی عمدی، تمرین عمدی، آمادگی عمدی
۵۳	مقدمه: داستان تا اینجا
۵۳	۱-۴ رشد اولیه - چرا انقدر مهم است؟
۵۴	۲-۴ سه نظریه بزرگ رشدی
۵۴	۱-۲-۴ تمرین عمدی
۵۸	۲-۲-۴ بازی عمدی
۶۰	۳-۲-۴ آماده‌سازی عمدی
۶۱	۴-۲-۴ قراردادن آن‌ها در کنار هم؟
۶۶	۳-۴ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۴
۶۸	نتیجه

۷۱	بخش سوم: پیش از آکادمی: تازمانی که ورزش موردنظر خود را انتخاب نکرده‌اید،
۷۳	فصل پنجم: مراحل بعدی در رشد زیر گردن
۷۳	مقدمه: در این مرحله چه کاری باید انجام دهیم؟

- ۷۴ ۱-۵ ساخت براساس توانایی حرکتی عمومی (GMA)
- ۷۸ ۲-۵ مسائل کلیدی در این سن / مرحله
- ۷۸ ۱-۲-۵ سن تمرینی در مقابل سن تقویمی و سن رشدی
- ۷۹ ۳-۵ درپچه‌های حیاتی فرصت
- ۸۰ ۴-۵ مرتبط با سلامت در مقابل مرتبط با عملکرد در مقابل متمرکز بر رشد
- ۸۱ ۵-۵ ماهیت‌های مختلف «تناسب‌اندام» در سنین و مراحل مختلف
- ۸۲ ۶-۵ ملاحظات روانی اجتماعی
- ۸۳ ۷-۵ شبیه چه چیزی است؟
- ۸۳ ۱-۷-۵ نمونه جلسات برای بازیکنان مشتاق
- ۸۷ ۸-۵ چیز دیگری مدنظر دارید؟
- ۸۸ ۹-۵ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۵
- ۹۰ نتیجه

- ۹۲ **فصل ششم: مراحل بعدی در رشد بالای کردن**
- ۹۲ ۱-۶ ویژگی‌های روان‌شناختی توسعه برتری (PCDEs)
- ۹۲ ۲-۶ حرکتی فزاینده از نگرش و طرز فکر: راه‌حل‌های مکانیکی
- ۹۵ ۳-۶ PCDEها به‌عنوان تسهیل‌کننده انتقال
- ۹۶ ۴-۶ بدون PCDE و توانایی استقرار مؤثر آنها...
- ۹۷ ۵-۶ پیاده‌سازی PCDEها در تمرین مربیگری
- ۹۷ ۶-۶ تعریف رفتارهای PCDE در مورد شما
- ۱۰۰ ۷-۶ تقویت، تشویق و اصلاح PCDEها
- ۱۰۱ ۸-۶ رفتارهای مربیگری و سیستم‌های مربیگری
- ۱۰۴ ۹-۶ آموزش - آزمون - ترفند - تکرار
- ۱۰۵ ۱-۹-۶ پیاده‌سازی
- ۱۰۶ ۱۰-۶ سنجش و ارزیابی PCDEs
- ۱۰۹ ۱۱-۶ PCDEs در عمل: برخی از ملاحظات مهم
- ۱۰۹ ۱۲-۶ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۶
- ۱۱۱ ۱۳-۶ مثال PCDEQ2 نمای کلی مربی
- ۱۱۹ نتیجه

- ۱۲۱ **فصل هفتم: نگرانی‌ها و ملاحظات برای والدین و مربیان**
- ۱۲۱ مقدمه
- ۱۲۲ ۱-۷ خیلی سخت چقدر سخت است؟ خیلی زیاد چقدر زیاد است؟
- ۱۲۳ ۲-۷ محیط بهینه چیست؟
- ۱۲۵ ۳-۷ سوپر قهرمانان در مقابل تقریب
- ۱۲۷ ۴-۷ حفظ تعادل - چند ابزار برای استفاده
- ۱۲۹ ۵-۷ صحبت کردن به جلو و عقب - بهترین ابزار
- ۱۳۰ ۶-۷ عامل بزرگی که باید در نظر گرفت - اشتیاق

۱۳۱	۷-۷ تخصص اولیه در مقابل تمرکز اولیه
۱۳۳	۷-۸ آیا واقعاً ورزش‌های تخصصی اولیه وجود دارند؟
۱۳۴	۷-۹ ظهور و سقوط و ظهور استعداد
۱۳۶	۷-۱۰ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۷
۱۳۸	نتیجه
۱۳۹	بخش چهارم: ورود به مسیر
۱۳۹	مقدمه
۱۴۱	فصل هشتم: روند استخدام، تصمیم‌گیری‌های عملی
۱۴۱	۸-۱- واقعیت‌های شناسایی استعداد: چه چیزی را باید در نظر بگیرید؟
۱۴۲	۸-۲ چگونه ورزشکاران را برای مسیر خود انتخاب کنیم؟
۱۴۵	۸-۳ استعدادیابی - درک اثر پروانه
۱۴۷	۸-۴ چه کسی را انتخاب کنیم؟ خطر شرط‌بندی روی اسب اشتباه!
۱۴۷	۸-۴-۱ آیا این موضوع از نظر رشد بلندمدت مهم است؟
۱۴۹	۸-۵ بیوباندینگ: راه‌حلی (نادرست) برای RAE؟
۱۵۱	۸-۶ چه زمانی انتخاب کنیم؟ درک اثر ببر و تخصص اولیه
۱۵۳	۸-۷ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۸
۱۵۳	۸-۸ چگونه بازیکنان را برای آکادمی انتخاب کنیم؟
۱۵۴	۸-۹ به دنبال چه نوع بازیکنی هستیم؟
۱۵۵	۸-۱۰ مسیرهای ورودی مجدد و بازگشتی
۱۵۵	۸-۱۱ کی پی‌آی‌ها - نیاز به سیستمی کارآمد
۱۵۶	۸-۱۲ حمایت از فرایند عدم انتخاب
۱۵۸	نتیجه: چگونه کار را بهتر انجام دهیم؟
۱۶۱	فصل نهم: آماده‌سازی آکادمی چه چیزی خوب کار می‌کند و یا نمی‌کند؟
۱۶۱	مقدمه
۱۶۲	۹-۱ TDEهای مؤثر - چه چیزی لازم دارند؟
۱۶۲	۹-۲ آماده‌سازی و بسترسازی برای رشد غیرخطی
۱۶۴	۹-۲-۱ یادگیری آهسته‌تر و بهتر
۱۶۷	۹-۲-۲ آن‌ها به چه چیز دیگری نیاز دارند؟
۱۶۷	۹-۲-۳ رفتارهای خوب به عنوان عادات
۱۶۹	۹-۲-۴ حس تناسب - مراقبت با ورزش تنها چیزی است که اهمیت دارد
۱۷۱	۹-۲-۵ آیا بدن برای شوک افزایش تمرین آماده است؟ آمادگی جسمانی
۱۷۲	۹-۲-۶ TDEهای مؤثر - چه شکلی هستند و بودن در آنجا چه حسی دارد؟
۱۷۳	۹-۲-۷ در آکادمی خوب به دنبال چه چیزی باشید: آیا باید متعهد شد یا خیر؟
۱۷۵	۹-۲-۸ آیا اکنون زمان مناسبی است؟
۱۷۶	۹-۳ ساختن سیستم‌های TD براساس اصول مکانیکی
۱۷۷	۹-۴ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۹

۱۸۱	بخش پنجم: از کارآموزی در آکادمی نهایت استفاده را ببرید
۱۸۱	مقدمه
۱۸۳	فصل دهم: چگونه رابطه مربی و ورزشکار می تواند هوشیارانه یا ناموفق باشد
۱۸۳	مقدمه
۱۸۵	۱-۱۰ موشکافی رابطه مربی و ورزشکار
۱۸۵	۱-۱-۱۰ ورزشکاران جوان برای چه چیزی ارزش قائل هستند؟
۱۸۶	۱-۱-۲ یک رابطه دیادیک: 3+1 سی اس
۱۸۸	۱-۲-۲ رابطه مربی و ورزشکار موفق و مؤثر چیست؟
۱۸۹	۱-۳-۲ چگونه رابطه مربی و ورزشکار را بهبود بخشیم.
۱۸۹	۱-۳-۱۰ در مورد ورزشکاران خود نظر بدهید!
۱۸۹	۱-۳-۲ توضیح دهید که چرا انجام می دهید و چه می کنید!
۱۹۰	۱-۳-۳ احساسات را بپذیرید
۱۹۰	۱-۳-۴ استفاده مناسب از بازخورد
۱۹۰	۱-۳-۵ چه اتفاقی می افتد وقتی اشتباه می شود: درگیری روابط شما؟
۱۹۲	۱-۴-۴ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۱۰
۱۹۳	۱-۴-۱۰ چه کسی اتوبوس را می راند؟
۱۹۴	۱-۵-۵ برخی نگرانی های دیگر
۱۹۴	۱-۵-۱۰ توانمندسازی ورزشکار
۱۹۴	۱-۵-۲ دانستن زمان و نحوه حرکت ورزشکار
۱۹۶	۱-۵-۳ والدین به عنوان مربی: یک رابطه پویای متفاوت؟
۱۹۷	۱-۵-۴ دیدگاه رشدی در رابطه مربی و ورزشکار
۱۹۷	نتیجه
۱۹۹	فصل یازدهم: کارهایی که والدین و بازیکنان می توانند برای حمایت/ تکمیل یا ...
۱۹۹	مقدمه
۲۰۰	۱-۱۱ «تکالیف» ضروری برای آکادمی/ ورزشکاران متعهد
۲۰۲	۱-۱۱ مشارکت والدین/ مربی - نیاز به رویکرد طلایی
۲۰۳	۱-۱۱ تقویت رشد، اجتناب از آسیب و بهینه سازی پیشرفت- آموزش چگونه باید باشد؟
۲۰۴	۱-۳-۱۱ رفع نیازهای فردی
۲۰۶	۱-۴-۱۱ استراحت یا ریکاوری «فعال» در خارج از فصل
۲۰۷	۱-۴-۱۱ والدین به ورزشکار
۲۰۹	۲-۴-۱۱ والدین غیرورزشکار
۲۱۰	۳-۴-۱۱ نظره خواهر و برادر
۲۱۱	۵-۱۱ کلام پایانی
۲۱۴	۶-۱۱ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۱۱
۲۱۶	نتیجه

۲۱۷	بخش ششم: انتقال، موانع مسیر و چالش‌های دیگر
۲۱۹	فصل دوازدهم: آماده‌شدن برای انتقال
۲۱۹	۱-۱۲ شکاف را پر کنید! حمایت از ورزشکاران از طریق انتقال رشدی
۲۲۰	۲-۱۲ در طی انتقال چه اتفاقی می‌افتد؟
۲۲۱	۳-۱۲ ویژگی‌های انتقال درون‌شغلی
۲۲۲	۴-۱۲ انتقال، موانع مسیر و چالش‌های دیگر
۲۲۳	۵-۱۲ مدل‌های رشدی انتقال
۲۲۵	۶-۱۲ چگونه از طریق انتقال از ورزشکاران حمایت کنیم؟
۲۲۶	۷-۱۲ مدیریت شغلی دوگانه
۲۲۸	۸-۱۲ مزایای شغل دوگانه چیست؟
۲۳۰	۹-۱۲ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۱۲
۲۳۲	۱۰-۱۲ به حداکثر رساندن حمایت اجتماعی: رهنمودهایی برای افراد مهم
۲۳۳	۱۱-۱۲ اجرای فرهنگ حمایتی
۲۳۴	۱۲-۱۲ انتقال به خارج از ورزش
۲۳۵	نتیجه
۲۳۷	فصل سیزدهم: فرایند انتقال استعداد چگونه کار می‌کند، چگونه می‌تواند بهتر کار کند و ...
۲۳۷	مقدمه
۲۳۸	۱-۱۳ تسهیل مشارکت مادام‌العمر: انتقال در امتداد پیوستار سه جهان
۲۴۰	۲-۱۳ PCDE ها به‌عنوان مکانیزم‌های دستیابی برای حالا و بعداً، اینجا و آنجا!
۲۴۰	۱-۲-۱۳ استعداد بازیافت؟
۲۴۱	۲-۲-۱۳ ابتکارات TT ساختاریافته
۲۴۳	۳-۱۳ مزایای TT برای ورزشکاران و ورزش چیست؟
۲۴۵	۴-۱۳ بهینه‌سازی TT برای ورزشکاران؟
۲۴۵	۱-۴-۱۳ مراقب نحوه انتخاب خود باشید!
۲۴۶	۵-۱۳ انتقال استعداد به‌عنوان یک فرایند
۲۴۶	۱-۵-۱۳ مربیگری و محیط TT
۲۴۷	۲-۵-۱۳ نیاز به صبور بودن!
۲۴۸	۳-۵-۱۳ هویت ورزشی
۲۴۹	۴-۵-۱۳ رویکرد فزاینده به TT
۲۵۰	نتیجه
۲۵۲	فصل چهاردهم: جاده صخره‌ای موفقیت
۲۵۲	مقدمه: اهمیت مسیر رشدی چالش‌برانگیز
۲۵۳	۱-۱۴ آماده‌سازی بازیکنان برای مقابله، یادگیری و بهره‌مندی از جاده صخره‌ای
۲۵۵	۲-۱۴ آموزش - آزمون - ترفند - تکرار
۲۵۷	۳-۱۴ چگونه به مسیر رشد خود سرعت ببخشید؟
۲۵۹	۴-۱۴ نگاه‌داشتن در چشم‌انداز - نگرانی‌ها در مورد چالش و سلامت روان

۲۶۰	۱۴-۴-۱ نگرانی تازه- سلامت روان
۲۶۱	۱۴-۴-۲ هدف‌گزینی
۲۶۳	۱۴-۴-۳ نتیجه‌ فرایند وی
۲۶۴	۱۴-۴-۴ پاداش به خود
۲۶۵	۱۴-۴-۵ راه‌حل وی عاطفی
۲۶۶	نتیجه

۲۶۹	بخش هفتم: ملاحظات مدیریتی
۲۷۱	فصل پانزدهم: طراحی و بهره‌برداری از مسیر
۲۷۱	مقدمه: ملاحظات مدیریتی برای TDEها
۲۷۲	۱۵-۱ زنجیره معرفتی، انسجام و حداکثر بازده
۲۷۶	۱۵-۲ طراحی مسیر- چه چیزی، چه زمانی و چرا نیاز دارید؟
۲۷۷	۱۵-۳ تغییر فرهنگ برای مدیران TD
۲۷۸	۱۵-۳-۱ هدف رفتار نمونه
۲۷۹	۱۵-۳-۲ تشویق برای حرکت
۲۸۰	۱۵-۴ کسانی را که حرکت نمی‌کنند به چالش بکشید
۲۸۲	۱۵-۴-۱ ایده اخیر- ایمنی روانی
۲۸۲	۱۵-۵ توانمندسازی و خروج از مسیر- نگه‌داشتن آن‌ها در کنار شما
۲۸۳	۱۵-۶ شکل‌دادن به مسیر- استقرار کارکنان و مسائل روشمند
۲۸۴	۱۵-۶-۱ ارتباط
۲۸۵	۱۵-۶-۲ برنامه‌ریزی تودرتو
۲۸۵	۱۵-۶-۳ نتیجه
۲۸۶	۱۵-۷ دیدگاه تخصصی در مورد فصل ۱۵

۲۸۹	بخش هشتم: نتیجه
۲۹۱	فصل شانزدهم: برای جلوتر ماندن چه باید کرد؟
۲۹۱	مقدمه
۲۹۲	۱۶-۱ تفکیک گندم از کاه
۲۹۴	۱۶-۲ تبدیل شدن به مصرف‌کننده بحرانی
۲۹۴	۱۶-۳ چگونه مانند یک دانشمند فکر کنیم
۲۹۷	نتیجه

تقدیم به:

لیلی، روبی و هلن و سیوفرا، ایرلایت و دامیان

مقدمه

پرورش استعداد (TD) برای موفقیت در هر ورزشی ضروری است. ویرایش دوم این کتاب با تکیه بر آخرین شواهد و پایگاه داده‌های تجربی، افسانه‌های مربوط به رشد استعدادها را کنار گذاشته و توصیه‌های عملی را در رابطه با مسیر TD از سطح پیش‌دبستانی تا سطح نخبگان ارائه می‌کند. این کتاب راهنمای عملی به‌روزی برای TD در ورزش است که برای کارشناسان و کسانی که در ارتباط با فرایند TD هستند - از جمله مربیان، دانشمندان، مدیران، دانش‌آموزان، والدین، سیاست‌گذاران و ورزشکاران ارائه شده است.

کارشناسانی این کتاب را نوشته‌اند که در آموزش، مربیگری و تحقیق TD بیش از ۲۰ سال تجربه دارند و نیز موضوعات مهمی مثل تمرین عمدی و مهارت‌های حرکتی بنیادی، طراحی و مدیریت مسیر TD را پوشش می‌دهند. همچنین افراد حرفه‌ای مشارکت داشته‌اند که در طیف گسترده‌ای از ورزش‌ها فعالیت می‌کنند و بیش‌های دنیای واقعی را در مورد موضوعات مهم ارائه می‌دهند از جمله:

- فرایند استخدام،
- آماده‌سازی آکادمی و کارآموزی،
- رابطه مربی و ورزشکار،
- برای پیشرفت به جلو چه باید کرد و
- ملاحظات برای والدین و مربیان.

پرورش استعدادها، راهنمای کارشناسان و والدین، منبعی ضروری برای همه کسانی است که علاقه‌مند به استعدادیابی، پرورش استعداد و تمرین مربیگری در ورزش

نخبگان هستند. دیو کالینز استادیار علوم عملکرد انسانی در دانشگاه ادینبورگ، بریتانیا و مدیر مجموعه گری مترز با مسئولیت محدود است. او معلم، مربی و روان‌شناس متخصص ورزش بوده و بیش از ۸۰ مدال جهانی و المپیک دارد و در تیم‌های ورزشی حرفه‌ای، رقصندگان، نوازندگان و مدیران اجرایی تجاری و خدمات عمومی کار کرده است. آینه مک نامارا دانشیار عملکرد نخبگان در دانشگاه شهر دوبلین، ایرلند است. سوابق او در زمینه تربیت‌بدنی، مربیگری و پرورش استعدادها بوده و با جوانان در محیط‌های ورزشی بسیاری به‌عنوان مربی و مشاور کار کرده است.

درباره نویسندگان

دیو کالینز، استاد کوچینگ و عملکرد در دانشگاه ادینبورگ، بریتانیا و مدیر مجموعه گری مترز با مسئولیت محدود است. دیو بیش از ۳۵۰ نشریه بررسی شده و بیش از ۸۰ کتاب/فصل منتشر شده دارد، از منظر کاربردی او با بیش از ۸۰ مدال جهانی المپیک به‌همراه تیم‌های ورزشی حرفه‌ای، رقصنده‌ها، نوازندگان و مدیران اجرایی در مشاغل و خدمات عمومی کار کرده و به‌عنوان مجری، در ورزش‌های پرمخاطب (به شیوه‌ای که بازی می‌کرد) مانند راگبی، فوتبال آمریکایی، هنرهای رزمی و تعقیب در فضای باز کاملاً مسلط بود. همچنین مربی راگبی تا سطح ملی، مربی ارشد وزنه‌برداری، دان پنجم کاراته و مدرس/معلم ورزش حرفه‌ای باتجربه است.

دیو مدیر انجمن مربیان راگبی و مدیر انجمن مربیگری برای عملکرد رانندگان آی زون، مشاور و روان‌شناس کنونی تیم‌های چلسی اف سی و اسکی نیوزلند و تیم‌های اسنوبرد است. همچنین عضو انجمن هنرهای رزمی، انجمن جانورشناسی لندن و انجمن علوم ورزشی بریتانیا، انجمن روان‌شناسی بریتانیا و تفنگدار دریایی سابق سلطنتی است. دیو پدر مفتخر (و قانونی ۵ فرزند)، ۳۶ تا ۱۳ ساله، به‌علاوه تعداد زیادی نوه است.

آینه مک نامارا دانشیار دانشکده سلامت و عملکرد انسانی در دانشگاه شهر دوبلین، ایرلند است. او در تربیت‌بدنی و مربیگری سابقه دارد و به‌عنوان مربی، کوچ و مشاور روان‌شناسی ورزشی با جوانان زیادی کار کرده است. علاقه اصلی تحقیقاتی او پرورش استعدادهاست و مطالبی در مجلات معتبر، فصل‌های کتاب و گزارش‌های فنی منتشر کرده است. همچنین با سازمان‌های ورزشی بریتانیا و ایرلند مشورت کرده تا به آن‌ها کمک کند

مسیرها و سیاست‌های پرورش استعدادها را گسترش دهند و همچنین آموزش مربی و والدین را برای حمایت از اجرای ایده‌ها ارائه دهند. او مادر دو پروژه بلندمدت TD به نام سیوفرا و ایرلایت است و تلاش می‌کند با رویکردی مبتنی بر شواهد از آن‌ها حمایت کند!

مشارکت‌کنندگان

الکس بکی

دانشگاه کینگستون، انگلستان

گری کیهیل

مدیر آکادمی و مربی تنیس دبلیو تی ای

نایجل ادواردز

مدیر اجرایی، گلف انگلستان، انگلستان

فیل ادواردز

مدیر ارشد مربیگری و رشد، هاکی روی چمن ایالات متحده، ایالات متحده آمریکا

تونی فرتول

مدیر آکادمی سوپر لیگ زنان اتحادیه فوتبال انگلیس

دیردر لیون

مدیر رشد بازیکنان، بازیکنان راگبی ایرلند

کونین مانیون

مدیر عملکرد ورزشی آکادمی، باشگاه راگبی گلاستر، انگلستان

آن پنکهورست

مشاور آموزشی مربیان، ثبت حرفه‌ای تنیس، فعال ویرجین و یو تی اس ای

شلی رودمن

المپیک

جیمی تیلور

عملکرد گری مترز و دانشگاه شهر دوبلین، ایرلند

رایین تیلور

مشاور پرورش استعدادها و دانشگاه شهر دوبلین، ایرلند

گراهام ویلیامز

معاون ورزشی، مدرسه میلفیلد، انگلستان

پیشگفتار

در بیشتر زندگی حرف‌هایمان؛ از آموزش اولیه و استخدام به‌عنوان معلم ورزشی و سپس آموزش و کار به‌عنوان مربی کوچینگ تا نقش‌های بعدی به‌عنوان روان‌شناس ورزشی با ۲۰ سال تحقیق، روی پرورش استعدادها کار کرده‌ایم. یکی از بزرگ‌ترین لذت‌های این کتاب، دیدن «موفقیت» اجراکنندگان جوان است. سهم ما هرچقدر بزرگ یا کوچک، دیدن جوانی که به پتانسیل خود دست‌یافته و رؤیای او برای رسیدن به سطح نخبگان برآورده‌شده واقعاً رضایت‌بخش است. انرژی زیادی از کمک والدین و مربیان دریافت می‌کنیم. به‌طور خلاصه، عاشق کمک به مردم برای رسیدن به موفقیت هستیم.

البته از تعدادی از معلم‌ها، روزنامه‌نگاران و شبکه‌های اجتماعی تویتری که فرصت‌طلبی کردند «آسیب» دیده‌ایم. بدون شک اکثر آن‌ها خوش‌فکر بوده و ایده‌های خوبی ارائه می‌دهند، اما درک درستی از «چرایی» نداشته و این موضوع که توصیه تا کجا خوب است به مطالعه، تلاش و تجربه طولانی‌تر بستگی دارد. در واقع، هرکس ماهیت انتقادی تحقیق ما را بررسی می‌کرد می‌دانست که نادان نیستیم تا ادعای منحصر به فردی داشته باشیم. نکته این است که درک «چرایی»، «وابستگی» و چگونگی بهتر شدن چیزهایی که عادی و پذیرفته‌شده‌اند، مستلزم انتقاد بهترین پزشکانیست که تعداد کمی از آن‌ها ممکن است محقق نیز باشند!

بنابراین، با تکیه بر دانش و تجربه به‌دست‌آمده از مطالعه، تحقیق و کارکردن با برخی از کارشناسان توانستیم کتاب را برای کسانی که بیشتر درگیر پرورش استعداد هستند، یعنی مربیان و والدین، ارائه کنیم. کتاب را ساده و کاربردی طراحی کرده‌ایم، به‌طوری که بتوان از

آن در عمل استفاده کرد. از هر دو ضمیر مذکر و مؤنث استفاده کردیم تا تأکید کنیم برای هر دو جنس صدق می‌کند. همچنین از اصطلاح «اجراکننده» استفاده کرده‌ایم تا همه حوزه‌های عملکرد فیزیکی را در بر بگیرد که از پرورش استعدادها استفاده می‌کنند. به این ترتیب، آنچه در اینجا ارائه می‌شود برای بازیکنان جوان، ورزشکاران ورزش‌های انفرادی و رقصندگان پیام‌هایی دارد. امیدواریم مفید باشد و از آن لذت ببرید.

توضیحات بیشتر در مورد ویرایش دوم

چند سال پس از نسخه اول با نگاهی دوباره و باتجربه بیشتر تصمیم گرفتیم که نسخه دوم را ارائه کنیم! بسیار خرسندیم از این که نسخه اول طرفدار داشته است. با این حال، تنها نسخه اصلی را تجدید چاپ نکرده‌ایم بلکه هر فصل به‌طور کامل بازنگری شد، مطالبی اضافه و مفسران یا ایده‌ای اصلی بازنویسی شدند.

در پاسخ به نظرات خوانندگان تغییر بزرگ دیگری ایجاد شد. بسیاری از خوانندگان نگاهی انتقادی پیدا کردند و می‌خواهند تحقیق اصلی را بخوانند که زیربنای آنچه گفته شده است و اکنون در دسترس است. بنابراین، خواهید دید که هر فصل فهرست مرجع طولانی‌تری دارد. در صورت علاقه، ابتدا باید مرجع را در گوگل جستجو کنید. به‌خوبی متوجه می‌شوید که مقاله «دسترسی باز» است و تنها با چند کلیک دانلود می‌شود. در غیر این صورت، موتور جستجو اغلب شما را به مخزن عمومی مانند دروازه تحقیق یا دانشگاهی که نویسنده در زمان نگارش در آن بوده، ارجاع می‌دهد. در هر صورت، می‌توانید نسخه‌ای را که پولی نیست دانلود کنید.

به‌هر حال امیدواریم از نسخه دوم لذت ببرید چون آن را برای کارشناسان، مربیان و مدیران، کاربران مهم پرورش استعداد، یعنی ورزشکاران و والدین ارائه کرده‌ایم.

با آرزوی سلامتی

دیو و آینه

بخش اول

اصول زیربنایی پرورش استعدادها

فصل اول

افسانه‌ها و حقایقی در رابطه با پرورش استعدادها

مقدمه

همیشه در چشم‌انداز رقابتی ورزشی باید بهترین اجراکنندگان جوان را شناسایی و سپس انتخاب کنیم. در واقع، استعدادیابی و استعدادپروری (TID) کانون اصلی نهادهای ملی حاکم (NGBs)، باشگاه‌های حرفه‌ای و تمام رشته‌های ورزشی است. متأسفانه، در ارتباط با کارآمدی برنامه‌ها و پایه‌های علمی استعدادیابی (TI) تردید زیادی وجود دارد. این انتقادات عمدتاً مبتنی بر ارزش پیش‌بینی پایین و عدم اعتبار نسبت داده‌شده به برنامه‌های TI هستند. برنامه‌های TI برای شناسایی جوانانی با پتانسیل تبدیل شدن به مجریان ارشد موفق چندان مؤثر نبوده‌اند. متأسفانه فقدان شواهد زیربنایی و داده‌هایی که ناکارآمدی TI اولیه را نشان می‌دهند باعث شده که ورزش به سرمایه‌گذاری بر روی منابع، زمان و بودجه قابل توجه برای طرح‌های «استعدادیابی» ادامه دهد. رویکردهای مختلفی از TI در ورزش وجود دارند. برخی از آن‌ها مبتنی بر مهارت و تخصص‌اند (فابر، نیجویس-وان در ساندن، الفرینک- جمسر و اوسترولد، 2015)، برخی دیگر شامل آزمون روان‌سنجی (هونر، ووتلر، اشمید، شولتز و راث، 2015) یا صرفاً عملکرد فعلی هستند (آلن و همکاران، 2014). به آزمایش‌های ژنتیکی توجه زیادی شده است (بریتچ و همکاران، 2014) و رویکردهای مبتنی بر وب (لوزادا، مایوران و آرا، 2016) به این زمینه وارد شده‌اند. تا همین اواخر، اکثر رویکردها، از معیارهایی برای تمایز بین اجراکنندگان جوانی که پتانسیل بالا یا پایین داشتند، استفاده می‌کردند که بازتابی از عملکردهای فعلی یا آزمایش قدرت بودند. اخیراً این زمینه رشد زیادی داشته و حتی گروه جدیدی از دانشمندان ورزشی