

به نام خدا

از زمین ورزش تا آینده: راهنمای هدایت استعداد های ورزشی در مدرسه

مؤلف:

اویس حمیدی

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۴)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

Chaponashr.ir

سرشناسه : حمیدی ، اویس ، ۱۳۶۶
عنوان و نام پدیدآور: از زمین ورزش تا آینده: راهنمای هدایت استعداد های ورزشی در مدرسه / مولف:
اویس حمیدی
مشخصات نشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۴.
مشخصات ظاهری : ۱۱۰ص.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۱۷-۸۵۷-۵
وضعیت فهرست نویسی : فیپا
یادداشت : کتابنامه.
موضوع : از زمین ورزش تا آینده - راهنمای هدایت استعداد های ورزشی در مدرسه
رده بندی کنگره : TP ۹۸۳
رده بندی دیویی : ۶۶۸/۵۵
شماره کتابشناسی ملی : ۹۹۷۶۵۸۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیپا

نام کتاب: از زمین ورزش تا آینده: راهنمای هدایت استعداد های ورزشی در مدرسه

مولف : اویس حمیدی

ناشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)

صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۴

چاپ: زبرجد

قیمت: ۱۴۵۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان :

<https://:chaponashr.ir/ketabresan>

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۱۷-۸۵۷-۵

تلفن مرکز پخش : ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

www.chaponashr.ir



بنام خداوند مهر و محبت

تقدیم به همسر م:

با عشق و قدردانی از همراهی ات در این سفر زندگی

به فرزند نازنینم:

تو جرقه ی امید و شادی منی

فهرست

مقدمه	۷
فصل اول : مبانی نظری و علمی هدایت استعداد‌های ورزشی	۱۱
مفهوم استعداد ورزشی و تمایز آن با توانایی و مهارت	۱۳
ویژگی‌های رشدی کودکان و تأثیر آن بر شناسایی استعداد	۱۵
اصول یادگیری حرکتی و رابطه آن با آموزش ورزشی در مدرسه	۱۸
نقش محیط، خانواده و مدرسه در شکل‌گیری استعداد ورزشی	۲۰
مدل‌های جهانی استعدادپروری ورزشی و کاربرد آنها در مدارس	۲۳
ضرورت عدالت آموزشی در فرصت‌های ورزشی مدرسه‌ای	۲۵
فصل دوم: شناسایی و ارزیابی استعداد‌های ورزشی در مدرسه	۲۹
شاخص‌های جسمانی، شناختی و روانی مرتبط با استعداد ورزشی	۳۱
ابزارهای علمی ارزیابی توانایی‌های بدنی برای سنین مدرسه	۳۳
روش‌های مشاهده‌محور برای معلمان تربیت‌بدنی	۳۶
تحلیل داده‌های عملکردی دانش‌آموزان و طراحی پرونده ورزشی	۳۸
تفاوت‌های فردی و نقش ارزیابی چندبعدی در شناسایی استعداد	۴۱
ملاحظات اخلاقی، ایمنی و جلوگیری از برچسب‌زنی در ارزیابی	۴۴
فصل سوم : برنامه‌ریزی آموزشی و تمرینی برای پرورش استعدادها	۴۷
طراحی برنامه‌های تمرینی متناسب با سن، جنسیت و سطح رشد	۴۹
تمرینات بنیادی و مهارت‌محور برای پایه‌های مختلف ابتدایی	۵۲
راهبردهای انگیزشی در یادگیری و تمرین‌های ورزشی	۵۵
مدیریت پیشرفت: پایش رشد، تنظیم بار تمرین و جلوگیری از آسیب	۵۸

طراحی محیط یادگیری فعال و بازی محور در کلاس ورزش	۶۰
استفاده از فناوری‌های آموزشی و ابزارهای دیجیتال در تمرین	۶۳
فصل چهارم: مدیریت مدرسه و نقش معلم در هدایت استعداد های ورزشی .	۶۷
نقش معلم تربیت بدنی به عنوان مربی، راهنما و مشاهده گر	۶۹
همکاری مدرسه با خانواده ها و ایجاد فرهنگ ورزش آفرین	۷۲
طراحی مسابقات مدرسه ای هدفمند برای کشف و تقویت استعدادها	۷۵
مدیریت امکانات محدود و تبدیل فضاهای کوچک به محیط های تمرینی	۷۸
روش های ارتباط مؤثر با دانش آموزان برای افزایش مشارکت	۸۰
نقش مشاوران مدرسه در توسعه شخصیتی و روانی استعداد های ورزشی	۸۳
فصل پنجم: مسیرهای آینده، پیشرفت حرفه ای و چشم انداز ورزش مدرسه ای	۸۷
معرفی مسیرهای پیشرفت دانش آموزان مستعد: همگانی، قهرمانی و حرفه ای	۹۰
نقش مدارس در تربیت نسلی سالم، فعال و ورزش محور	۹۲
آینده پژوهی در ورزش مدرسه ای و روندهای جهانی توسعه	۹۵
توسعه استعداد های ورزشی با رویکرد هوشمند و داده محور	۹۸
پیوند میان ورزش مدرسه ای و باشگاه ها و نهادهای ورزشی کشور	۱۰۱
طراحی الگوی ملی برای هدایت استعداد های ورزشی در مدارس	۱۰۳
نتیجه گیری	۱۰۷
منابع	۱۱۱

مقدمه

ورزش در مدرسه، تنها فعالیتی برای تحرک جسمانی یا لحظه‌ای هیجان نیست، بلکه بستری برای کشف و پرورش استعدادهایی است که می‌توانند آینده فرد و حتی جامعه را دگرگون کنند. هر دانش‌آموزی که پا بر زمین ورزش می‌گذارد، در واقع وارد فضایی می‌شود که ترکیبی از رشد جسمی، بلوغ ذهنی، خودشناسی، تعامل اجتماعی و جست‌وجوی توانایی‌های پنهان است. نقطه آغاز این مسیر، اغلب از دل یک ساعت تربیت‌بدنی ساده یا یک تجربه بازی با همسالان شکل می‌گیرد، اما می‌تواند نقطه آغاز یک مسیر حرفه‌ای، یا حداقل یک زندگی سالم، پویا و هدفمند باشد. مدرسه نخستین جایی است که کودک می‌آموزد چگونه بدنش را بفهمد، توانایی‌هایش را بشناسد و خلاقیت حرکتی خود را بروز دهد. این فضای آموزشی می‌تواند الهام‌بخش نسلی باشد که ورزش را نه به عنوان تکلیف، بلکه به عنوان فرصت رشد می‌نگرد. در بسیاری از مدارس، ورزش هنوز در حد یک واحد درسی محدود در نظر گرفته می‌شود؛ اما در جهانی که سبک زندگی بی‌تحرک، چاقی دوران کودکی، اضطراب، انزوای دیجیتال و تغییرات فرهنگی در حال گسترش است، ورزش دیگر یک انتخاب جانبی نیست؛ یک ضرورت بنیادی برای پرورش انسان سالم، متعادل و توانمند است. مدرسه اگر بتواند ورزش را به جریان اصلی تربیت تبدیل کند، می‌تواند نقش مهمی در سلامت جسمی و روانی نسل آینده داشته باشد. این آغاز راهی است که نه تنها به تربیت ورزشکاران حرفه‌ای منجر می‌شود، بلکه دانش‌آموزانی را پرورش می‌دهد که انگیزه، مسئولیت‌پذیری، نظم شخصی، همدلی و توانایی کار جمعی را در خود تقویت کرده‌اند.

هدایت استعدادهای ورزشی، یک فرآیند پیچیده و چندوجهی است. این فرآیند به مشاهده دقیق، شناخت ویژگی‌های فردی، درک تفاوت‌های رشدی، ایجاد فرصت‌های برابر و تدارک برنامه‌های هدفمند نیاز دارد. کودکانی که وارد محیط مدرسه می‌شوند، هر کدام با ویژگی‌های جسمی، روحی و شخصیتی متفاوت قدم می‌گذارند. برخی دارای سرعت بالای واکنش‌اند، برخی انعطاف‌پذیری چشمگیر دارند، برخی استقامت فوق‌العاده‌ای از خود نشان می‌دهند و برخی هماهنگی عضلانی و انگیزه‌ای دارند که از همان سال‌های نخست، آنها را از همسالان متمایز می‌کند. مدرسه باید بتواند این تفاوت‌ها را به چشم ظرفیت نگاه کند، نه چالش. نقش معلمان ورزش، در این مسیر غیرقابل انکار است. معلمی که با عشق و دانش خود، چشم‌اندازی تازه به دانش‌آموز می‌دهد، می‌تواند جرقه‌ای را روشن کند که

آینده او را تغییر دهد. گاهی یک تشویق کوچک، یک جمله امیدبخش، یا یک فرصت حضور در مسابقه بین کلاسی، سرنوشت دانش آموز را به مسیرهای جدید می برد. معلمان ورزش باید نه تنها به اصول علمی تربیت بدنی آشنا باشند، بلکه مهارت های مشاهده گری، ارتباط مؤثر، انگیزش دهی و تشخیص تفاوت های فردی را نیز داشته باشند. بدون این نگاه چندبعدی، هدایت استعدادها ممکن است به شانس واگذار شود، در حالی که پرورش استعداد، نیاز به برنامه ریزی و هدایت آگاهانه دارد.

ورزش در محیط مدرسه، فراتر از جنبه جسمانی، تاثیر مستقیم بر سلامت روانی دانش آموز دارد. کودکی که فرصت تخلیه انرژی، تجربه موفقیت، غلبه بر شکست، مشارکت با گروه و ساختن هویت بدنی خود را پیدا می کند، از نظر روانی نیز مقاوم تر، آرام تر و اجتماعی تر می شود. احساس تعلق به یک تیم، هیجان پیروزی های کوچک، تلاش برای بهتر شدن و شنیدن تشویق همسالان، بخشی از تجربه هایی است که می تواند اعتماد به نفس دانش آموز را تقویت کند و او را برای مواجهه با چالش های تحصیلی و زندگی توانمندتر سازد. ورزش، زبان مشترکی است که مرزهای فرهنگی، اقتصادی و تحصیلی را حذف می کند. در زمین ورزش، دانش آموزان از خانواده های متفاوت، با سطح توانایی متفاوت، کنار یکدیگر قرار می گیرند و یاد می گیرند که موفقیت جمعی مهم تر از تفاوت هاست. این فضا، یکی از معدود مکان هایی است که عدالت آموزشی می تواند در عمل معنا پیدا کند؛ جایی که هر دانش آموز می تواند توانایی خود را نشان دهد، بدون اینکه نمره ریاضی یا پیش زمینه خانوادگی بر او سنگینی کند. مدرسه اگر این ظرفیت را به رسمیت بشناسد، می تواند ورزش را به یکی از مؤثرترین ابزارهای تربیت اجتماعی تبدیل کند. امروزه هدایت استعداد های ورزشی نیازمند رویکردی علمی و داده محور است. شناخت قابلیت های جسمانی دانش آموزان، ارزیابی پیشرفت آنها، طراحی برنامه متناسب با سن رشدی، آشنایی با شیوه های تمرین محور و توجه به ایمنی و سلامت جسمی، بخش هایی از این رویکرد است.

تکنولوژی می تواند در این مسیر نقش آفرین باشد. ابزارهای اندازه گیری توان جسمانی، نرم افزارهای تحلیل حرکات، ویدئوهای آموزشی، برنامه های تمرین شخصی سازی شده و حتی بازی های بومی سازی شده دیجیتال، می توانند در غنی سازی تجربه ورزشی دانش آموزان مؤثر باشند. اما تکنولوژی بدون نگاه تربیتی و انسانی، به تنهایی کافی نیست؛ مدرسه باید بتواند این ابزار را در قالب یک نظام هدایت استعدادها ادغام کند. در بسیاری از مدارس، استعداد های ورزشی به دلیل نبود فرصت کافی، کمبود امکانات، ناآگاهی خانواده ها یا نبود برنامه ریزی، ناشناخته باقی می ماند. دانش آموزی که می توانست دهنده ای

فوق‌العاده باشد، شاید هرگز حتی یک بار فرصت دویدن در پیست مناسب را پیدا نکند. دانش‌آموزی که قابلیت‌های خاص در ورزش‌های رزمی، کشتی، ژیمناستیک یا شنا دارد، اگر در سن مناسب شناسایی نشود، ممکن است این استعداد هرگز شکوفا نشود. مدرسه به عنوان نخستین محیط اجتماعی بزرگ کودک، باید نقش پیشگیرانه و فرصت‌ساز داشته باشد؛ یعنی پیش از آنکه استعدادها خاموش شوند، آنها را شناسایی، تقویت و هدایت کند. خانواده‌ها نیز نقش مهمی در این مسیر دارند. ارتباط مدرسه با والدین می‌تواند در هدایت استعدادها تعیین‌کننده باشد. والدینی که ارزش ورزش را می‌دانند، محیط مناسب برای تمرین در خانه فراهم می‌کنند، تغذیه سالم را جدی می‌گیرند و از برنامه‌های مدرسه حمایت می‌کنند، می‌توانند آینده ورزشی فرزندشان را تضمین کنند. اما بسیاری از والدین هنوز ورزش را یک فعالیت جانبی می‌دانند و اولویت را تنها به موفقیت تحصیلی می‌دهند. آگاه‌سازی خانواده‌ها درباره تأثیر ورزش بر یادگیری، سلامت، تمرکز، خودتنظیمی و حتی ارتقای عملکرد تحصیلی می‌تواند نگاه آنها را تغییر دهد و همکاری بیشتری ایجاد کند.

فصل اول:

مبانی نظری و علمی هدایت استعداد‌های ورزشی

مبانی نظری و علمی هدایت استعداد‌های ورزشی از این پیش‌فرض آغاز می‌شود که هر کودک با مجموعه‌ای از توانمندی‌های بالقوه وارد مدرسه می‌شود و محیط آموزشی می‌تواند این توان بالقوه را یا شکوفا کند یا به خاموشی بکشاند. درک مفهوم استعداد ورزشی بدون شناخت ماهیت رشد انسان ممکن نیست؛ زیرا استعداد نه یک ویژگی ثابت، بلکه یک فرایند پویا و وابسته به تعامل میان عوامل زیستی، محیطی، روانی و اجتماعی است. هر دانش‌آموز در آغاز مسیر خود دارای ویژگی‌های رشدی خاصی است که شامل رشد قدی، هماهنگی عصبی-عضلانی، انعطاف‌پذیری، سرعت واکنش، قدرت، استقامت، انگیزه و حتی ویژگی‌های شناختی مانند تمرکز و تصمیم‌گیری است. این مجموعه، زمینه اولیه برای شکل‌گیری استعداد ورزشی را فراهم می‌کند، اما بدون هدایت هدفمند، فرصت بروز نمی‌یابد. مدرسه نخستین محیط ساختاریافته‌ای است که کودک در آن توانایی‌های جسمانی و شخصیتی خود را تجربه، مقایسه و کشف می‌کند، و همین محیط نقش کلیدی در هدایت استعداد‌های ورزشی دارد.

استعداد در ورزش، برخلاف تصور عمومی، به معنای داشتن یک توانایی خارق‌العاده از بدو تولد نیست. بیشتر پژوهش‌ها نشان داده‌اند که استعداد حاصل تعامل پیچیده میان عوامل ژنتیکی و محیطی است. ژنتیک می‌تواند حدود اولیه توانایی را مشخص کند، اما محیط و تمرین‌پذیری است که این توان را شکوفا می‌سازد. برای مثال، کودکانی که در سنین پایین، هماهنگی حرکتی بالایی دارند، اگر در محیطی قرار بگیرند که فرصت تمرین، بازی و تجربه مهارت‌های ورزشی را فراهم کند، ممکن است در آینده تبدیل به ورزشکاران نخبه شوند. اما اگر این کودکان در مدرسه‌ای باشند که فعالیت ورزشی محدود، فرصت مشاهده ناکافی و برنامه‌ریزی هدفمند نداشته باشد، استعداد آنها ممکن است هرگز کشف نشود. بنابراین، یکی از مبانی نظری هدایت استعدادها این است که استعداد تنها زمانی معنا می‌یابد که با محیط مناسب ترکیب شود.

شناخت رشد جسمانی و حرکتی کودکان یکی از اصول حیاتی در هدایت استعداد‌های ورزشی است. رشد کودکان خطی و یکنواخت نیست، بلکه دوره‌های جهشی دارد؛ دوره‌هایی که در آنها سرعت رشد جسمانی، قدرت و هماهنگی افزایش می‌یابد و فرصت‌های طلایی برای یادگیری مهارت‌های ورزشی شکل می‌گیرد. برای نمونه، سنین ۶ تا ۱۲ سالگی دوران طلایی یادگیری مهارت‌های بنیادی مانند دویدن، پریدن، پرتاب کردن، تعادل، هماهنگی چشم-دست و مهارت‌های ریتیمیک است. اگر این مهارت‌های پایه در این دوران آموزش داده نشوند، یادگیری آنها در سنین بالاتر دشوارتر و پرهزینه‌تر خواهد بود. معلمان ورزش باید به این دوره‌های رشدی آگاه باشند و برنامه‌های آموزشی خود را با توجه به این الگوها تنظیم کنند. این همان نقطه‌ای است که علم رشد حرکتی و تئوری‌های یادگیری حرکتی وارد عمل می‌شوند و راهنمای طراحی برنامه‌های تمرینی برای دانش‌آموزان می‌شوند.

از منظر روان‌شناسی ورزشی، انگیزه عامل تعیین‌کننده‌ای در شکوفایی استعداد است. کودکانی که احساس موفقیت، تعلق و لذت از ورزش دارند، به‌مراتب سریع‌تر یاد می‌گیرند و با اشتیاق بیشتری تمرین می‌کنند. نظریه‌های انگیزش مانند نظریه خودمختاری تأکید می‌کنند که کودکان زمانی بهترین عملکرد را دارند که احساس کنند در انتخاب فعالیت مشارکت دارند، توانایی پیشرفت در خود می‌بینند و از سوی معلمان و همسالان حمایت می‌شوند. معلم ورزش باید فضایی ایجاد کند که کودکان نه از روی اجبار، بلکه از سر علاقه و احساس توانمندی در فعالیت‌های ورزشی شرکت کنند. این رویکرد، محیطی امن برای بروز استعداد ایجاد می‌کند و کودک را از درون به سمت تلاش و پیشرفت سوق می‌دهد. عوامل اجتماعی نیز نقش مهمی در هدایت استعداد‌های ورزشی دارند. مدرسه بخشی از جامعه است و ارزش‌های جامعه در آن بازتاب پیدا می‌کند. در برخی خانواده‌ها ورزش ارزشی اساسی دارد و والدین از طریق تشویق، فراهم کردن فرصت تمرین، حمایت عاطفی و الگوسازی، مسیر کودک را هموار می‌کنند.

در برخی دیگر اما ورزش به عنوان فعالیت فرعی دیده می‌شود و تمرکز تنها بر موفقیت تحصیلی است. این تفاوت نگرش‌ها بر کیفیت هدایت استعداد‌های ورزشی تأثیر زیادی دارد. مدرسه باید با ایجاد فرهنگ ورزش‌محور، خانواده‌ها را نیز در این مسیر شریک کند. جلسات آگاهی‌بخشی، ارتباط مستمر با والدین و توضیح تأثیرات مثبت ورزش بر یادگیری و سلامت، بخشی از این فرآیند است. تنها با مشارکت خانواده است که هدایت استعداد

ورزشی می‌تواند به نتیجه پایدار برسد. در مبانی نظری هدایت افراد مستعد، یکی از موضوعات اساسی توجه به تفاوت‌های فردی است. هیچ دو کودکی مانند یکدیگر نیستند. برخی کودکان از لحاظ بدنی قوی‌ترند، برخی از نظر سرعت واکنش برترند، برخی در هماهنگی حرکتی ممتازند و برخی انگیزه درونی بالایی برای فعالیت دارند. معلم ورزش نباید دانش‌آموزان را بر اساس یک معیار واحد ارزیابی کند. هدف هدایت استعداد‌های ورزشی آن نیست که همه را به یک مسیر هدایت کند، بلکه آن است که برای هر کودک مسیری متناسب با توانایی‌ها و ویژگی‌هایش طراحی کند.

مفهوم استعداد ورزشی و تمایز آن با توانایی و مهارت

استعداد ورزشی مفهومی چندبعدی و پویا است که به مجموعه‌ای از ویژگی‌های بالقوه اشاره دارد؛ ویژگی‌هایی که در صورت قرار گرفتن در مسیر صحیح رشد، فرصت شکوفایی در یک رشته ورزشی را برای فرد فراهم می‌کند. با این حال، درک دقیق استعداد نیازمند تمایز روشن میان سه مفهوم اساسی یعنی استعداد، توانایی و مهارت است؛ مفاهیمی که اغلب در ادبیات عمومی با یکدیگر اشتباه گرفته می‌شوند، اما در پژوهش‌های تخصصی علوم ورزشی، تفاوت‌های بنیادین میان آن‌ها تعریف شده است. استعداد معمولاً به پتانسیل خام و نهفته‌ای اشاره دارد که هنوز به طور کامل بالفعل نشده و به شکل مهارت قابل مشاهده بروز پیدا نکرده است. این پتانسیل ممکن است در ابعاد جسمانی، فیزیولوژیک، عصبی-عضلانی، شناختی، انگیزشی یا حتی روان‌شناختی وجود داشته باشد و ترکیبی از عوامل ژنتیکی و محیطی در شکل‌گیری آن نقش دارند. دانشمندان حوزه رفتار حرکتی معتقدند که استعداد را باید مجموعه‌ای از پیش‌سازهای رشد نامید؛ پیش‌سازهایی که در صورت فراهم بودن فرصت، تمرین، محیط مناسب و مربیگری مؤثر، به توانایی و سپس مهارت تبدیل می‌شوند. در مقابل، توانایی بیشتر به ظرفیت‌های عمومی و پایه‌ای فرد اشاره دارد؛ ویژگی‌هایی که لزوماً اختصاصی به یک رشته ورزشی خاص ندارند، بلکه زیرساخت انجام فعالیت‌های حرکتی در طیف گسترده‌ای از موقعیت‌ها هستند. توانایی‌هایی مانند قدرت عمومی، استقامت، انعطاف‌پذیری، سرعت پایه، هماهنگی عمومی، زمان واکنش و توان هوازی نمونه‌هایی از توانایی‌های فیزیکی هستند که به عنوان زیرساخت حرکتی فرد تلقی می‌شوند. در حوزه شناختی نیز توانایی‌هایی مانند ادراک فضایی، تصمیم‌گیری سریع،

توجه پایدار و پردازش اطلاعات نمونه‌هایی از توانایی‌های شناختی هستند که می‌توانند زمینه‌ساز بروز استعداد در رشته‌های ورزشی مختلف شوند.

توانایی‌ها غالباً حاصل تعامل عوامل ژنتیکی و تجربه‌های اولیه حرکتی هستند، اما همچنان حالت عمومی داشته و هنوز به سطح مهارت‌های تخصصی نرسیده‌اند. برای مثال، کودکی که دارای توانایی هماهنگی چشم و دست قوی است، لزوماً مهارت بسکتبال ندارد، اما این توانایی او را مستعد یادگیری سریع‌تر مهارت‌های مرتبط می‌کند. مهارت در نقطه مقابل استعداد قرار دارد و به مرحله‌ای اشاره می‌کند که فرد توانسته است توانایی‌های پایه خود را در قالب الگوهای حرکتی هدفمند، پیچیده و کارآمد سازمان‌دهی کند. مهارت نتیجه یک فرایند طولانی‌مدت یادگیری، تمرین ساختارمند، بازخورد مناسب، اصلاح خطا و تجربه در شرایط واقعی است. مهارت‌ها ماهیت اکتسابی دارند و برخلاف استعداد، نمی‌توان آن‌ها را بالقوه نامید؛ بلکه آن‌ها نمود خارجی و آشکار توانایی‌های درونی هستند که با تمرین و تجربه شکل گرفته‌اند.

برای مثال، ضربه سرویس در والیبال یک مهارت است؛ دربیبل‌زدن در فوتبال یک مهارت است؛ اجرای حرکت چرخشی در ژیمناستیک یک مهارت است. مهارت به‌صورت تخصصی در قالب رشته تعریف می‌شود، در حالی که توانایی‌ها عمومی‌تر بوده و استعداد جنبه نهفته و پنهان دارد. تمایز میان استعداد ورزشی و مهارت از این جهت اهمیت دارد که در بسیاری از مدارس یا حتی آکادمی‌ها، مشاهده یک مهارت اولیه به‌عنوان نشانه‌ای از استعداد در نظر گرفته می‌شود، در حالی که این برداشت همیشه صحیح نیست. کودکی که در سن پایین شوت‌زنی خوبی دارد، الزاماً استعداد فوتبال ندارد؛ ممکن است صرفاً تمرین بیشتری داشته یا شرایط محیطی مناسب‌تری تجربه کرده باشد. برعکس، کودکی که مهارت‌های ظاهری مطلوبی ندارد اما از لحاظ فیزیولوژیک، ساختار اسکلتی، ظرفیت انگیزشی، هوش حرکتی، یا استقامت درونی ویژگی‌های مطلوبی دارد، ممکن است استعداد بالایی داشته باشد که هنوز به مهارت تبدیل نشده است. همین موضوع سبب می‌شود که شناسایی استعداد و ارزیابی مهارت دو فرآیند جداگانه باشند و سیستم آموزشی و ورزشی نباید این دو را با هم خلط کند. در علوم ورزشی، استعداد بیشتر جنبه پیش‌بینی‌کننده دارد. یعنی هدف از شناسایی استعداد، پیش‌بینی موفقیت فرد در آینده است، نه توصیف عملکرد فعلی او. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که استعداد ورزشی برآیند مجموعه‌ای از عوامل ژنتیکی و محیطی

است. مطالعات ژنتیکی نشان داده‌اند که برخی ژن‌ها در تعیین سرعت رشد عضلات، ظرفیت هوازی، نسبت تارهای عضلانی کند و تند، یا حتی ویژگی‌های آناتومیک مانند طول اندام‌ها و ساختار مفاصل نقش دارند. اما حتی این عوامل ژنتیکی نیز بدون محیط مناسب شکوفا نمی‌شوند. محیط خانوادگی، نوع تغذیه دوران کودکی، کیفیت خواب، فرصت‌های بازی آزاد، دسترسی به فضاهای ورزشی، حمایت عاطفی والدین، و وجود مربیان آگاه همگی در رشد استعداد نقش مهمی دارند.

توانایی‌ها از نظر ماهیت بیشتر جنبه همگانی دارند و هم در فعالیت‌های ورزشی و هم در فعالیت‌های روزمره نقش ایفا می‌کنند. مثلاً هماهنگی حرکتی، سرعت واکنش، و قدرت پایه در بسیاری از کارهای روزمره نیز کاربرد دارند. اما مهارت‌ها تنها زمانی معنا دارند که در یک رشته ورزشی مشخص مورد استفاده قرار گیرند. مهارت‌ها معمولاً از طریق تمرین مداوم در یک محیط ساختاریافته رشد می‌کنند و به سطحی از خودکارشدن می‌رسند. فرایند تبدیل استعداد به توانایی و سپس به مهارت یک فرایند خطی و ساده نیست؛ بلکه تحت تأثیر عوامل متعدد اجتماعی، روانی، جسمانی و محیطی قرار دارد. به همین دلیل ممکن است فردی با استعداد بالا به دلیل نبود شرایط مناسب، هرگز به سطح مهارت مطلوب نرسد، و فرد دیگر با استعداد متوسط اما پشتکار بالا و تمرین ساختارمند، به موفقیت‌های بزرگی برسد.

ویژگی‌های رشدی کودکان و تأثیر آن بر شناسایی استعداد

ویژگی‌های رشدی کودکان نقشی بنیادین در شناسایی استعداد‌های ورزشی دارند، زیرا هر مرحله از رشد ویژگی‌های جسمانی، شناختی، هیجانی و اجتماعی مخصوص به خود را دارد و این ویژگی‌ها تعیین می‌کنند که کودکان چگونه حرکت می‌کنند، چگونه می‌آموزند، چگونه با محرک‌های محیطی ارتباط برقرار می‌کنند و چگونه به تجربه‌های ورزشی واکنش نشان می‌دهند. شناسایی استعداد زمانی معنی‌دار و دقیق خواهد بود که این تفاوت‌های رشدی به درستی درک شوند و مربیان، والدین و معلمان بدانند که عملکرد فعلی کودک لزوماً منعکس‌کننده استعداد واقعی او نیست، بلکه نتیجه ترکیبی از بلوغ، تجربه، محیط و رشد فردی است. رشد جسمانی کودکان یکی از مهم‌ترین عواملی است که بر عملکرد ورزشی اثر می‌گذارد. در سال‌های ابتدایی زندگی، یعنی بین سه تا هفت سالگی، کودکان هنوز در حال شکل‌دادن به الگوهای پایه حرکتی هستند و تفاوت‌های فردی آن‌ها بیشتر