

الجانب النظري

الفصل الأول

التربية البدنية والرياضية

تمهيد :

إن معنى التربية يختلف من فرد إلى آخر ويتضح هذا الأمر من خلال مستوي ثقافة الأفراد وفلسفتهم في الحياة ، فبعض الناس يتصورون أن التربية هي اكتساب معارف ومعلومات عن طريق المدرسة أو نتيجة المعاملات التي يتلقاها الفرد من أسرته في المنزل ، لكن التربية في حد ذاتها تعديل أو تغيير في سلوك الفرد تجاه المواقف التي يواجهها في حياته ، أي أنها عملية مستمرة من التغيير والتلاؤم والتكيف فقد أصبح النمو الأمثل الذي يتوخاه كبار المربين للفرد هو الذي يضمن نموا كاملا متزنا في النواحي الجسمية ، العقلية، الإجتماعية والوجدانية، بحيث يستطيع هذا الفرد أن يكيف نفسه وحياته مع المجتمع الذي يعيش فيه ، عن طريق المهارات الحركية والعقلية .والتربية الرياضية في صورتها التربوية الحديثة بنظمها وقواعدها السليمة وألوانها المتعددة تعتبر ميدانا هاما من ميادين التربية وعنصرا قويا في إعداد المواطن الصالح والإيجابي ، إذ تزوده بخبرات ومهارات واسعة تساعد على التكيف مع مجتمعه وتجعله قادرا على تشكيل حياته ومسايرة العصر الحديث في تطوره ونموه

1- التربية العامة**1-1- مفهوم التربية العامة :**

1-1-1- لغة : التربية في اللغة العربية مأخوذة من الفعل ربي الرباعي ، أي غذي الولد وجعله ينمو ، وأصل ربي الولد - ربايربو - أي زاد ونما ، ومن العلماء من جعل أصلها رب ، يقال رب القوم ، أي ساسهم وكان فوقهم ورب النعمة زادها ورب الولد رباه حتى أدرك¹ .

كما عرفت في اللغة على أنها تعني إيصال الشيء إلي كماله والكمال هنا يتوقف على طبيعة الشيء الذي يخضع للتربية ولحيز الفرد وحيز الإنسانية التي ينتمي إليها² .

1-1-2- اصطلاحا :

عرفت من قبل العلماء والفلاسفة وعبر مختلف الأزمنة بعدة تعريفات نأخذ منها : يقول إستيورت ميل (إن التربية هي كل ما نفعله نحن من أجل أنفسنا وكل ما يفعله الآخرون من أجلنا ، حين تكون الغاية تقريب أنفسنا من كمال طبيعتنا)³ . أما دوركايم فيري (أنها عملية التنشئة الإجتماعية المنظمة للأجيال الصاعدة ، وتبدأ منذ الولادة وتستمر طول الحياة ، وهي تهدف إلي إعداد الأفراد ليكونوا مواطنين صالحين يعملون وفقا للقيم السائدة

في المجتمع) وأورد سلطان معني التربية بأنها (تنمية الشخصية البشرية إلي أقصى درجة تسمح بها إمكاناتها واستعداداتها بحيث تصبح شخصية مبدعة خلاقة منتجة متطورة لذاتها ولمجتمعها ولبيئتها من حولها) ويشير كانط إلي (أن التربية هي أن تنمي لدي الفرد كل نواحي الكمال ، والكمال هو التنمية المنسقة لكل القدرات الإنسانية ، وأن يصل بهاته القدرات إلي أقصى درجة ممكنة)⁴ .

كما عرفها فولكي (مجموعة من التمارين المنهجية المنظمة بطريقة غير مباشرة للقدرات الفردية ، والتحكم في النفس والحزم أثناء النشاطات الجماعية ، وخاصة الرياضية كروح الجماعة)⁵ .

¹ - حسين عبد الحميد احمد رشوان ، التربية المجتمع ، المكتب العربي الحديث ، الإسكندرية ، 2002 ، ص 3

² - سلامة الخميسي ، التربية والمدرسة والمعلم ، قراءة اجتماعية ثقافية ، دار الوفاء ، مصر ، 2000 ، ص 34

³ - معتز الصابوني ، علم الاجتماع التربوي ، دار أسامة للنشر والتوزيع ، الأردن ، ط1 ، 2006 ، ص 13

⁴ - حسين عبد الحميد احمد رشوان ، المرجع السابق ، ص 9.8.4

⁵ - قاسم حسن حسين ، الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، الأردن ، ط1 ، 1998 ، ص 206

التربية تبدأ منذ بداية الحياة ولا تنتهي إلا بانتهائها ويقع تحت تأثيرها أي رياضي ويمارسها الوالدان والمعلم والمدرّب والدولة والنادي والمؤسسات الإجتماعية التربوية الأخرى¹.

وهي (تعني نقل التراث الثقافي من جيل قديم إلى جيل جديد بعد تعديله وتنقيته وتنقيحه)²
1-2- الأهداف العامة للتربية: قسم العلماء والفلاسفة أهداف التربية العامة إلى أهداف فردية وأخرى إجتماعية .

بحيث تهدف الأهداف الفردية إلى زيادة طاقة الفرد ، نمو الشخصية وتكاملها وذلك بمرور الفرد بسلسلة من الخبرات المتعددة الأنواع ، ليصبح شخصا قادرا على المفاضلة والاختيار بين ما هو موجود في المجتمع ،ومن ثم يكون قادرا على القبول أو الرفض ، ويضحي عضوا صالحا في المجتمع ، وأن يستطيع الفرد أن يعمل كل ما هو مفيد وضروري في الحرب والسلام ويقوم بكل ما هو نبيل وخير مكن الأعمال ، وبذلك يصل الفرد إلى حالة السعادة .

أما الأهداف الإجتماعية فتتمثل في التنشئة الإجتماعية ، إذ تساعد التربية على جعل الأفراد أكثر توافقا في دخولهم في علاقات شخصية متبادلة مع الآخرين ، فالتربية تؤدي إلى حراك اجتماعي صاعد للأفراد الذين أتوا من وضع اجتماعي وأسري منخفض. وتهدف التربية كذلك إلى تنمية العلاقات الإنسانية الإجتماعية ، فيحترم الجانب الإنساني وتنمي روح التعاون والصدقة ، وتحترم الواجبات الأسرية وتنمي روح الديمقراطية في نطاق الأسرة ، مما يؤدي إلى التماسك الإجتماعي .

فهذه طريق التربية يعرف الأفراد جميعا نوع العلاقات الإجتماعية ذات القيمة في المجتمع كما يعرفون الأنماط الحضارية في الميدان العائلي أو الاقتصادي أو السياسي أو التربوي أو الترفيهي ، مما يجعلهم ملمين بما هو متفق عليه وما هو منتظر منهم ، فيتوحدون في أفعالهم وسلوكهم مما يعمل على التماسك الإجتماعي³ .

1-3- وظيفة التربية العامة: تهدف الجماعات الإنسانية في جميع الأزمنة وعلى مر العصور إلى تحقيق بقائها و استمرارها على هذه الأرض وإلى بقاء قيمها ونظمها

¹ - أمين أنور الخولي ، أصول التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، سوريا ، ط1 ، 1998 ، ص 29

² - Folquie: dictionnaire de la langue pédagogie que , sana édition p . u France 1971 , p 161

³ - حسين عبد الحميد احمد رشوان ، المرجع سبق ذكره ، ص 21.20.18

وعاداتها ، ويتحقق هذا البقاء والاستمرار من خلال التربية ، ولذلك فإنها تتعلق بتعليم أفراد المجتمع الجدد كيف يسلكون في المواقف الإجتماعية المختلفة طبقا لتوقعات أفراد المجتمع الذي ينشئون فيه ¹ .

وقد ذكر التربوي الأمريكي (فريد نبرج) أن الوظائف الإجتماعية للتربية يمكن أن نوجزها في:

- قل ثقافة المجتمع عبر الأجيال
- مساعدة الفرد على اختيار الأدوار الإجتماعية وتعليمه أدواتها .
- إحداث تكامل بين الثقافة العامة والثقافات الفرعية داخل المجتمع
- مصدر مهم لعمليات التحديث الثقافي والاجتماعي
- ويري (بروم وسلزنك) أن وظائف التربية يمكن تقسيمها إلي نمطين أساسيين من الوظائف:

- لأول موجه إلي الفرد ، حيث تدعم التربية مقدرات الفرد وتساهم في تحقيق ذاته بما يتمر كائنا إنسانيا له شخصيته الإجتماعية .
- الثاني موجه للمجتمع ، حيث تعمل التربية على بقاء المجتمعات الإنسانية وعلى استمرارها عن طريق النقل الثقافي الذي تقوم به التربية من أجيال سابقة إلي أجيال لاحقة ، وعلى التربية أن تعمل على إقامة توازن بين هاذين النمطين من الوظائف ² .

2- التربية البدنية والرياضية

2-1- مفهوم التربية البدنية : تعتبر التربية البدنية مظهرا من مظاهر التربية العامة فهي عملية تعديل في سلوك الفرد بما يتناسب مع متطلبات المجتمع الذي يعيش فيه ، وهي حلقة في سلسلة من العوامل التي تساعد على تحقيق الأهداف التربوية للمجتمع. بحيث عرفت على أنها وجه من أوجه التربية العامة التي تسعى ألي تحقيق الأهداف عن طريق الأنشطة البدنية والعقلية ، الانفعالية والاجتماعية عن طريق ممارسة الأنشطة البدنية تحت إشراف قيادة صالحة ³ .

¹ - معتز الصابوني ، مرجع سبق ذكره ، ص 19

² - أمين أنور الخولي ، الرياضة والمجتمع ، عالم المعرفة للطبع ، الكويت ، 1996 ، ص 144 ، ص 145

³ - بدور المطوع ، صهير بدير ، التربية البدنية مناهجها وطرق تدريسها ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2006 ، ص 18.17

-وهي أيضا كل ما يكتسب خلال سنين الطفولة والشباب من عمليات تهيئة الفرد للتفاعل مع الثقافة البدنية طول حياته ، فمن المهمات الرئيسية للتربية البدنية التعريف بالتطورات الخاصة للمحافظة على الجسم ، اللياقة البدنية و الصحة العامة ، كما تساهم في تعزيز المهمات الثقافية وتهيئ السبل الكفيلة من الناحية البدنية ، بالإضافة إلي أشكال متعددة من الراحة والانسجام الإيجابي ، وأيضا معلومات بدنية خاصة للفرد تجعله مستعدا لتقبل علوم أخرى بشغف عالي.¹

ويري فيري أن التربية البدنية هي جزئ لايتجزأ من التربية العامة ، إذ يشغل دوافع النشاطات الموجودة في كل شخص للتنمية من الناحية العضوية ، التوافقية ، الانفعالية العقلية²

ويري ويست بونتشر التربية البدنية بأنها هي العملية التربوية التي تهدف إلي تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك³

2-2- مفهوم التربية الرياضية التربية الرياضية وهي الجزء المنظم من التربية العامة التي تهدف إلي تقويم الرياضي (الفرد) عقليا ، نفسيا اجتماعيا وبدنيا عن طريق الألعاب والفعاليات الرياضية حيث تعد تربية عن طريق البدن ، وهي كذلك تربية الفرد عن طريق النشاط الحركي أو النشاط البدني العام أو اللعب ، فالتربية الرياضية تعتبر عامة ولكن عن طريق استثمار ميل الأفراد إلى الحركة والنشاط البدني⁴ ويمكن تعريف التربية الرياضية من وجهة نظر العلماء كالآتي :

■ يليامز (التربية الرياضية هي مجموعة الأنشطة الرياضية التي اختيرت كأنواع ونقدت كحصائل (بوتشر) هي جزء متكامل من التربية العامة تهدف إلي إعداد المواطن اللائق في الجوانب البدنية النفسية الانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان النشاط الرياضي المختار)⁵.

■ لجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح (المادة التي يتعلم فيها الأطفال التحرك للتعلم)

¹ - قاسم حسن حسين ، مرجع سبق ذكره ، ص 206

² - احمد بو سكرة ، مناهج التربية البدنية والرياضية ، للتعليم الثانوي التقني ، جامعة المسيلة ، 2005 ، ص 7

³ - أمين أنور الخولي ، مرجع سبق ذكره ، ص 35

⁴ - قاسم حسن حسين ، مرجع سبق ذكره ، ص 207

⁵ - محمد سعد زغلول وآخرون ، مدخل التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ط1 ، 2002 ، ص 21

■ براون وفرنر يعرفانها بأنها (ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة التي تتم عن طريق الأنشطة المختارة على أسس علمية والمطبقة تحت قيادة رشيدة للمساهمة في تحقيق النمو الشامل المتزن للفرد)¹

2-3- مفهوم التربية البدنية والرياضية : هي تلك العملية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني والرياضي بالاعتماد على تأثير كل المعطيات العلوم الحديثة (البيولوجيا ، علم الوراثة ، علم النفس)، وترمي إلى تكوين الفرد تكوينا متكاملًا من الناحية الحسية ، الحركية ، الإجتماعية العاطفية والمعرفية²

كما عرفها المفكر التربوي (ديوي) (على أنها مجموعة من القيم والمهارات والمعلومات والاتجاهات التي يمكن أن يكتسبها برنامج التربية البدنية والرياضية للأفراد ، لتوظيف ما تعلموه في تحشين نوعية الحياة ، نحو المزيد من تكييف الإنسان مع بيئته ومجتمعه من خلال خبرات الترويج البدني واللياقة البدنية والمحافظة على الصحة وضبط الوزن وتنظيم الغذاء والنشاط ، وهو مفهوم يتسع مع التربية مدي الحياة)³

2-4- المفهوم الإجرائي للتربية البدنية والرياضية من منظور إجرائي : على أساس أنها -مجموعة أساليب وطرق فنية : تستهدف إكساب القدرات البدنية والمهارات الحركية والاتجاهات المعرفية .

- مجموعة نظريات ومبادئ : تعمل على تبرير وتفسير استخدام الأساليب الفنية .
- مجموعة قيم ومثل : تشكل الأهداف والأغراض ، وتكون بمثابة محاكات وموجهات للبرامج والأنشطة

وكما يبدو فإن هذه العمليات مترابطة ومتكاملة ، كما أنها تفضي إلي بعضها البعض ، وذات طبيعة هرمية متدرجة ، فعلي الرغم من بعضها البعض ، وذات طبيعة هرمية متدرجة ، فعلي الرغم من ذكر الأساليب والطرق الفنية أولا ، إلا أنها هي الخطوة الأخيرة بعد تشكيل الأهداف والأغراض وبعد الاعتماد على النظريات والمبادئ⁴

¹ - محمد محمد الشعاع ، كيف تكون معلما ناجحا للتربية الرياضية ، مكتبة العلم والإيمان ، بدون سنة ، ص 27.26

² - احمد بو سكرة ، مرجع سبق ذكره ، ص 7

³ - أمين أنور الخولي ، مرجع سبق ذكره ، 1998 ، ص 30

⁴ - أمين أنور الخولي ، مرجع سبق ذكره ، 1998 ، ص 34

2-5 طرق تدريس التربية البدنية والرياضية:

هناك ثلاث طرق رئيسية في تعلم المهارات الحركية في التربية البدنية والرياضية

2-5-1 الطريقة الجزئية: تسمى أحيانا طريقة الارتباطين، وتعتمد على تقسيم المهارة أو التمرين إلى عدة أقسام أو خطوات صغيرة ويتم شرح كل قسم أو خطوة دون إطالة في الكلام أو إضاعة للوقت، وتقوم هذه الطريقة على الإدراك الجزئي للمهارة أو التمرين، ويتم تعليم كل جزء من الأجزاء بالتدرج، ولا يجوز الانتقال من جزء إلى آخر إلا بعد إتقان الجزء الأول، ثم نربط جميع الأجزاء ببعضها وتؤدي المهارة كاملة حسب تسلسل أجزائها، وهناك الكثير ممن يفضل استعمال الطريقة الجزئية معتمدين في ذلك على المبدأ القائل: لإتقان الكل يجب إتقان الأجزاء، فتعلم الأجزاء يسهل نسبيا من تعلم الحركة ككل¹

2-5-2 الطريقة الكلية: تعتبر هذه الطريقة حلا وسطا بين الطريقتين السابقتين، وتسمى الطريقة التوليفية، وتقوم هذه الطريقة تعتمد هذه الطريقة على تعلم المهارة الحركية كوحدة واحدة دون تقسيمها و تجزئتها إلى أجزاء ووحدات صغيرة، وتتميز بشرح المهارة الحركية ككل نظرياً و بطريقة مبسطة، وأداء نموذج حركي متكامل للمهارة ثم يبدأ تعليمها، وعلى المعلم إصلاح الأخطاء أثناء الممارسة وهي تساعد التلميذ على إدراك العلاقة بين عناصر المهارة الحركية و المكونات التي تشكل المهارة، مم يساهم في سرعة تعلمها و إتقانها و تعمل على خلق أسس التذكر الحركي للمهارة لأن التلميذ يقوم باسترجاع المهارة كوحدة واحدة وتستخدم هذه الطريقة في تعلم المهارات الحركية السهلة و البسيطة و القصيرة التي يصعب تجزئتها، وتتناسب مع إمكانيات التلاميذ ألمهارية و العقلية حتى تكون الأخطاء المرتكبة قليلة، و التعلم بالطريقة الكلية يمكننا من ربح وقت و جهد كبيرين².

2-5-3 الطريقة الكلية الجزئية: تعتبر هاته الطريقة حلا وسطا بين الطريقتين السابقتين، وتسمى الطريقة التوليفية، وتقوم هاته الطريقة على تقسيم المهارة أو الحركة إلى وحدات كبيرة وكل وحدة تشمل مجموعة أجزاء صغيرة، وتعمل كل علي حدي

¹ - احمد ماهر أنور حسن وآخرون، التدريس في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، دار الفكر العربي للطبع والنشر، القاهرة، ط1، 2008، ص 110

² - احمد بو سكرة، مرجع سبق ذكره، ص 21

وترتبط هاته الوحدات الكبيرة لتكون المهارة بصورة كاملة ، و قبل البدء بالتجزئة إلى وحدات كبيرة يمكن أن تعرض المهارة كاملة أمام التلاميذ ، والتعلم بهذه الطريقة يعطي ويحقق نتائج كبيرة¹

2-5-4 : طريقة المحاولة والخطأ: يحاول التلميذ في هذه الطريقة أداء المهارة حسب قدراته الحركية ، وعلى المدرس القيام بدور الموجه والمرشد في إعطاء النقاط التعليمية والتصحيحية وتساعد هذه الطريقة التلميذ على اكتشاف أخطائه بنفسه وبالتالي يحاول سريعا أن يصححها وبتحليل هذه الطرق في التعليم نجد أن المدرس لا بد وأن يختار الطريقة المناسبة التي تتفق مع أهدافه وقدرات تلاميذه ، وكذلك مع الإمكانيات المتوفرة بالمدرسة ، المهام إذن الوصول إلى الهدف بأقل جهد وأقصر وقت²

2-6- القواعد الأساسية التي تبني عليها طرق التدريس

1/ التدرج من المعلوم إلى المجهول : أن المعلومة الجديدة قد تكون غير مألوفة للتلميذ ، لذا فهي لا تجذب انتباهه ولا تثير حماسه إلا إذا ارتبطت هذه المعلومة بالمعلومات القديمة التي يعرفها التلميذ ، فمثلا عند تعليم المهارة الحركية يبدأ المدرس المهارة المعروفة لدي التلميذ ثم التدرج إلى المهارة الجديدة ، فعلى سبيل المثال يبدأ المدرس بالدرجة الأمامية المتكررة قبل تعليم الدورة الأمامية المتكررة .

2/ من السهل إلى الصعب : وهذا معناه أن يبدأ المدرس بمعلومة سهلة سبق أن درسها التلميذ أو ترتبط بحياته وتجاربه ، فمثلا عند تعليم مهارة حركية يبدأ المدرس بتعليم أوضاع الحركة ثم أداء الحركة بسورة مبسطة ثم الأكثر تطورا فمثلا عند تعليم القفز فتحا على الحصان ، يبدأ المدرس بالقفز فتحا على الزميل ثم على المهر ، ثم على الحصان بالعرض وبعدها على الحصان بالطول

3/ من البسيط إلى المركب : أي أن الخبرة يجب أن تبسط عند بدء تعلمها ثم يبدأ بالخبرة الأكثر تعقيدا في مجال التربية البدنية الرياضية فمثلا يعلم التلميذ دفع الجلة من الثبات قبل أن يتعلم دفعها من الحركة

¹ - احمد ماهر أنور حسن وآخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 112

² - احمد ماهر أنور حسن وآخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 106 . 107.

4/ من المحسوس إلي المعقول : أي أننا يجب أن نسير من الأمثلة والتجارب الحسية إلي المدركات الكلية المعنوية ، لأن أول صلة للتلميذ بالعلم تكون بحواسه وأول مدركاته هي الحس ، ففي التربية البدنية والرياضية مثلاً يجب أن يشعر التلميذ بطريقة أداء المهارة قبل أن تشرح له القاعدة الميكانيكية التي يقوم عليها الأداء.

5/ من الجزئيات إلي الكليات : ومعني ذلك أن يبدأ بتناول الجزئيات حتى يصل إلي الكليات في تعلم المهارة الحركية ، مثلاً يبدأ بتعليم أجزاء الحركة كل جزء على حدى ثم يوصل بين هذه الأجزاء حتى يؤدي المهارة الحركية ككل ففي القفز بالزانة مثلاً يعلم التلميذ طريقة حمل الزانة ثم طريقة الاقتراب ثم الارتقاء ثم عبور العارضة ثم الهبوط ، بعد ذلك تجمع المراحل لأداء المهارة ككل .

6/ الانتقال من العملي إلي النظري : إن التلميذ يصبح أكثر إدراكاً للخبرات التعليمية إذا ما بدأ تعرفه بها عن طريق الأجزاء العلمية حين إذ يكون من السهل عليه استنتاج أو معرفة القاعدة النظرية¹

2-7- أهمية التربية البدنية : اهتم الإنسان منذ القدم بجسمه وصحته ولياقته وشكله ، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والتي اتخذت أشكالاً إجتماعية كالعب ، التمرينات البدنية والرقص ، كما أدرك المنافع الناتجة عن ممارسة هاته الأشكال من الأنشطة، وكانت التربية البدنية والرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هاته الأنشطة والتي اتخذت أشكالاً واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفاً رائداً غائياً وتاريخياً ولعل أقدم النصوص التي أشارت إلي أهمية النشاط البدني والرياضي على المستوي القومي ما ذكره(سقراط) (على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعا الداعي) كما ذكر المفكر شيلارفي رسالته 'جماليات التربية'(أن الإنسان يكون إنساناً فقط عندما يكون يلعب) ويعتقد المفكر ريد(أن التربية البدنية تمدنا بالتهذيب والإرادة ، ويقول أنه لا بأسف عن الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا بل أنه على النقيض فهو الوقت الوحيد الذي يقضي على خير وجه) وقد

¹ - ناهد محمود سعد وآخرون ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ط2 ، 2004 ، ص 80

رأى بييردي كوبرتان (أن التربية البدنية والرياضية قد أهملت كلية ، ولذلك فهو لم يؤكد بأن التربية البدنية والرياضية هي أحد المكونات الأساسية للتعليم الشامل فحسب ، وإنما أيضا أكد ضرورة إعطاء المنافسات الرياضية وضعا خاصا في الحياة المدرسية لأنها تعد الفرد وشخصيته لمعارك الحياة ¹ .

3- علاقة التربية الرياضية بالعلوم الأخرى :

تعتبر التربية الرياضية عاملا أساسيا في خلق المواطن الصالح ولعل هذه الأهمية مستمدة مما توصل إليه البحث العلمي المستفيد من أثر التربية الرياضية على الإنسان ككل في جميع النواحي الإجتماعية النفسية الصحية ... ولذا فإن هناك علاقة وطيدة بين التربية الرياضية والعلوم الأخرى وجب التعرف عليها منها :

3-1- علاقة التربية الرياضية بالتربية: التربية البدنية اكتسبت معني جديد بعد إضافة كلمة التربية فكلمة بدنية تشير إلي البدن ، وعلى ذلك فحينما تضاف كلمة التربية إلي البدنية تعرف بأنها تلك العملية التربوية التي تتكلم عند ممارسة أوجه النشاط التي تنمي الجسم ، فعند ممارسة نشاط رياضي لتقوية الجسم وسلامته فإن عملية التربية تتم في نفس الوقت وذلك أبناء مجتمعه قوي ومتماسك ، فالتربية الرياضية تعتبر جزء من التربية بل وسيلة من الوسائل الهامة في تحقيق الأهداف العامة للتربية .

3-2- علاقة التربية الرياضية بعلم الاجتماع :

العوامل الإجتماعية كثيرة جدا ولها دورها المؤثر في التربية الرياضية منها :
أ/ **التنشئة الإجتماعية :** تظهر التنشئة الإجتماعية في المجال الرياضي من خلال ما إذا كانت الأسرة أو أحد أفرادها لديه ميول رياضية ، فذلك قد ينعكس بطبيعة الحال على بعض أفراد الأسرة ، فتنشئة الإجتماعية تعمل على رفع مستوي أداء وممارسة التربية الرياضية .

ب/ **التفاعل الإجتماعي :** تعتبر العلاقات الإجتماعية في بتاج التفاعل الإجتماعي الذي يحدث بين أفراد المجتمع ، وتحدث العلاقات الإجتماعية في المؤسسات التربوية وكل مواقع التجمع من المدرسة إلي النادي الرياضي وغيرها من أماكن الترفيه عن النفس .

¹ - أمين أنور الخولي ، مرجع سبق ذكره ، 1998 ، ص 41

3-3- علاقة التربية الرياضية بعلم التشريح : ويفيد ممارسة التربية الرياضية على الهيكل العام للجسم وتقوية العضلات والمفاصل لمسايرة الحياة بنشاط وحيوية وقدرتها العالية على تحمل الإصابات¹

3-4- علاقة التربية الرياضية بعلم النفس :

من خلال الأبحاث العلمية التي أجريت لإيجاد العلاقة بين ممارسة التربية الرياضية وعلم النفس ، أوضحت النتائج أن ممارسة أنشطة التربية الرياضية لها أثرها الإيجابي على تنمية وتكامل شخصية الفرد في جميع النواحي ، وأتضح تمتع ممارس الأنشطة الرياضية بآتزان انفعالي وضبط نفسي وتحمل المسؤولية أفضل من غير الممارسين ، كما أكدت دراسات آخر ، على أن ممارسة أنشطة التربية الرياضية تكسب ممارسيها التوافق النفسي ، ومن الملاحظ أن هناك بعض الأغراض النفسية مثل الإكتئاب و الانطواء ، لا تصيب معظم ممارسي التربية الرياضية .

3-5- علاقة التربية الرياضية بعلم الترويح :

يعتبر الترويح الرياضي من أحد الأهداف العامة في التربية الرياضية لما تحويه من أنشطة تمارس خصيصا لهذا الغرض ، لذا فإن الاهتمام بالتربية الرياضية كجانب ترويجي يعتبر ذا أهمية بالغة لأن هذا الاهتمام يعود على الفرد بالخير والسعادة والتخلص من التوتر العصبي الذي قد ينتج عن العمل .

فممارسة الأنشطة الرياضية ممارسة سليمة وعلمية يعني احتواءها على بساط ترويجي يستثمره الفرد في وقت فراغه مما يعود عليه وعلى مجتمعه بالخير والسعادة²

3-6- علاقة التربية الرياضية بعلم الميكانيك الحيوي وعلم الحركة:

هو العلم الذي يدرس القوي الداخلية والخارجية المؤثرة على جسم الإنسان والآثار الناتجة عن هذه القوي ، وعلم الحركة يبحث عن الشكلية الوصفية للحركة كإكتساب الحركة ومجال الحركة ووضعها وتوقيتها ، وساهم كل من علم الحركة والميكانيك الحيوية في التقدم بالحركة الرياضية وتطورها ، ويشمل الميدان التطبيقي للميكانيكا الحيوية على تحليل الحركات الرياضية وأي خلل في الجهاز العصبي المركزي

¹ - محمد محمد الشحات ، مرجع سبق ذكره ، ص 41.40

² - محمد سعد زغلول وآخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 136.132

والحركات المهنية كالهندسة والوصول إلي أنسب وأسهل الطرق في تحليل الحركية الرياضية والتعرف على الأخطاء الشائعة في أداء الحركة والحركات الزائدة ومحاولة تلاشيها وإيجاد التمرينات المناسبة لتعلم التكتيك¹.

4- التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية :

4-1 مفهومها: يؤكد ميثاق أو قانون التربية البدنية و الرياضية (1976-1981) أن الشباب الجزائري يشكل أثنى رأس مال الأمة , و عند أقدار سياسة شاملة تخصه لا يمكن تجاهل التربية البدنية و الرياضية بصفتها عاملا لتجديد و تنشيط مصادر الطاقة الاجتماعية , إذ إنها تشكل بحكم القيم التربوية و المدنية و الخلقية التي تحملها إحدى دعائم هذه السياسة و تعرف التربية البدنية و الرياضية بالجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية على أساس أنها نظام عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل , و تخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية إلى بلوغها و الرامية إلى الرفع من شأن الإنسان و المواطن و العامل و العمال الاشتراكيين بما لديهم من مزايا ثم ينتظر من التربية البدنية والرياضية أن تؤدي في مجال النظام التربوي الشامل ثلاث مهام رئيسية :

4-2-1- من الناحية البدنية : تحسين قدرات الفرد الفيزيولوجية و النفسية من خلال تحكم أكثر في البدن و تكييف السلوك مع البيئة , وذلك بتسهيل تحويلها بواسطة تدخل ناجح منظم تنظيما عقلانيا .

4-2-2- من الناحية الاقتصادية : إن تحسين الصحة الفردية و ما تكسبه من ناحية المحرك النفسي أمر يزيد من قدرته على مقاومة التعب إذ يمكنه من استخدام القوة المستخدمة في العمل استخداما محكما , ويؤدي ذلك إلى زيادة المردودية الفردية والجماعية في عالم الشغل الفكري واليدوي.

4-2-3- من الناحية الاجتماعية والثقافية : إن التربية البدنية والرياضية تجعل القيم الثقافية والخلقية التي توجه أعمال كل مواطن , وتساهم في تعزيز الوئام الوطني , مدخرة الظروف الملائمة للفرد كي يغذي ذاته في العمل , وتنمية روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية².

¹ - محمد محمد الشحات ، مرجع سبق ذكره ، ص 46
² - احمد بوسكرة ، مرجع سبق ذكره ، ص 8

إن ديمقراطية التربية البدنية والرياضية تعرض هاته الأخيرة كوسيلة من الوسائل تأتي من شأنها أن تساهم في ترقية المرأة وتحريرها ، التربية البدنية والرياضية عامل مهم في تجنيد الجماهير الشعبية من أجل الدفاع عن الثورة ، وتعد التربية البدنية والرياضية في نفس السياق عنصرا للسلام في العالم ، وذلك بتدعيمها للتضامن والتفاهم والتعاون على المستوى الدولي .ويقوم تنظيم الحركة الوطنية الجزائرية على المبادئ التالية¹ :

1/ الديمقراطية

2/ التخطيط

3/ الشمول

4/ الهوية والتقييم

5/ التسيير الاشتراكي

6/ اللامركزية

4-3- الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية : تعد مرحلة التعليم الثانوي مجالا خصبا وخرانا لاكتشاف النخبة الرياضية والفكرية من موهوبين في مختلف الاختصاصات ، وبقدر الاهتمام بهؤلاء نحدد استمرار واستثمار طاقاتهم وإمكاناتهم في الأنشطة المختلفة وخصوصا الرياضية منها ، فبالترتيب المستمر والإعداد الجيد يمكن الوصول بهم إلي تحقيق إنجازات عالية وراقية .

وعلى هذا الأساس يتم تكوين أساتذة في التربية البدنية والرياضية ذوي كفاءات عالية تعتمد عليهم الدولة في إنجاز المهام وتحقيق الأهداف ، يحصلون على تكوين عالي في ميدان التربية البدنية والرياضية ويقومون بواجباتهم كأى أستاذ في مختلف المواد الأخرى وتوزع الأهداف في صياغتها على ثلاث مجالات أساسية تبرز لنا الأهمية التربوية لمادة التربية البدنية والرياضية .

4-3-1- أهداف المجال الحسي الحركي : تساهم التربية البدنية والرياضية عن طريق

اللعب والتمرينات الرياضية بشكل فعال في تطوير المهارات والقدرات الحركية والقدرات البدنية في التعليم الثانوي أو غيره ، والأهداف المراد تحقيقها خلال هاته المرحلة يمكن حصرها فيما يلي :

¹ - احمد بوسكرة ، مرجع سبق ذكره ، ص 10.09

- درك جسمه جيدا ويتحكم فيه ويتعلم تدريجيا حركات متزايدة الصعوبة والتعقيد
 - تكتسب سلوكيات حركية جديدة ومنسقة تتلاءم مع جسمه والمحيط وفي كل الوضعيات
 - تحكم في التقنيات الحركية القاعدية والوضعيات التكتيكية للأنشطة المبرمجة في المؤسسة التربوية
 - تحكم في توزيع الجهد في مختلف الوضعيات ، ويناوب بين فترات العمل والراحة .
 - تطور القدرات الحسية البصرية أو السمعية .
 - نمي من القدرات ،رد الفعل والتصور الذهني والحركي .
 - تحكم في الحركات الانتقالية البسيطة والمركبة مثل : الجري ، الوثب مهارة الرمي والقذف .
- 4-3-2- أهداف المجال الإجتماعي العاطفي:** تتميز مادة التربية البدنية والرياضية عن باقي المواد التعليمية الأخرى بالحيوية والعلاقات الديناميكية المبنية علي التعاون والتفاهم والنافسة التربوية والمجال الإجتماعي العاطفي له نفس الأهمية والقيمة التي تعطي للمجال الحسي الحركي وذلك لضمان اندماج اجتماعي جيد للتلاميذ¹ لذلك يجب فتح المجال وإعطاء الفرصة للتلاميذ لإيجاد المواقف وتغيير رغباته ، ومساعدته على اكتساب القدرات التالية :
- ندمج بسرعة في فعاليات النشاط ، وبيذل مجهودا متواصلا قصد الحصول على نتائج جيدة.
 - تهذب خلقيا ،يحترم القوانين وقواعد اللعبة ، يتقبل التعليمات من الزميل أو الأستاذ وذلك عن طريق الانضباط والتعاون وتحمل المسؤولية.
 - عمل على تماسك الجماعة ويؤثر عليها لتحقيق هدف مشترك .
 - حب ويمجد الحياة الجماعية في إطار المعايير الإجتماعية المقبولة ويتعامل معها بصدق وموضوعية
 - تتنافس مع الزملاء لتحقيق أحسن نتيجة ممكنة دون الخروج عن قوانين وقواعد اللعبة

¹ - احمد بوسكرة ، المرجع السابق ، ص 12.11

- تقمص مختلف الأدوار ، ولعب دور المهاجم أو المدافع أو الحكم ، ينقل الأجهزة والأدوات الخاصة بعد تنفيذ الدرس .
 - هتم بالمظهر الخارجي وذلك بنظافة الملابس وقص الأظافر والاستحمام بعد ممارسة أوجه النشاط البدني الرياضي .
 - عبر عن انفعالاته بطريقة إيجابية كالفرح والسرور ، ويتحكم في انفعالاته السلبية ، كتقبل الهزيمة و السلوكيات العدوانية تجاه الآخرين .
 - 3-3- أهداف المجال المعرفي :** إن اكتساب التلميذ معلومات ومعارف نظرية حول النشاط المبرمج ،يساعده على الممارسة الرياضية الصحيحة مما يساهم في ارتفاع مستوي الأداء المهاري وتحسين القدرات الإدراكية والتفكير التكتيكي ، وينتظر من التلميذ أن يصل إلي تحقيق الأهداف المعرفية الآتية :
 - عرف المادة وأهدافها وفوائدها
 - عرف قوانين الألعاب والأنشطة التي يمارسها بصفة عامة والتعديلات التي تطرأ عليها
 - عرف قواعد الأمن والسلامة لتفادي الإصابات .
 - عرف الصفات والقدرات البدنية لكل نشاط.
 - عرف النواحي الفنية والمهارات الحركية وخطط اللعب الدفاعية والهجومية للنشاط الممارس .
 - عرف تأثير النشاط البدني الرياضي على الجسم وعلى الصحة العامة والمظهر الخارجي .
 - عرف الأجهزة والأدوات المختلفة بأسمائها .
- تحقق أغلب هاته الأهداف من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي يدل على أن التربية البدنية والرياضية مادة أساسية ومهمة وتتميز عن بقية المواد التعليمية الأخرى كونها تخاطب التلميذ من الناحية العقلية والبدنية والنفسية والاجتماعية في أن واحد خصوصا وأن الفرد بصفة عامة هو عبارة عن وحدة متكاملة جسما وعقلا ووجدانا¹ .

¹ - احمد بو سكرة ، مرجع سبق ذكره ، ص 13

خلاصة

من خلال ما ذكرنا نستطيع القول أن التربية البدنية والرياضية عملية مكملة للتربية العامة بحيث لا نستطيع الاستغناء عنها كونها تهدف إلى تنمية الفرد من مختلف جوانبه الجسمية ، العقلية ، الإجتماعية والوجدانية ، وهذا لتكييف وتوعية الفرد على التأقلم مع مختلف الظروف وخلق السلوك السوي الذي يناسب المجتمع الذي يعيش فيه ، وذلك بإعداده ونموه نموًا سليمًا وصحيًا يتناسب مع تطور وأهداف بيئته الإجتماعية .

وينبغي علينا أن نعمل على توفير الإمكانيات المادية والمعنوية لترقية وتطوير التربية البدنية والرياضية وتحسيس المجتمع بضرورتها وأهميتها في مختلف مراحل الحياة اليومية ، وذلك من خلال عملية التفاعل الإجتماعي بين أفراد