

## التربية البدنية والرياضية

### المدخل الى التربية

معنى التربية: تعني كلمة التربية لفظياً النمو والزيادة وهي تدل على التغذية والرعاية ولما كان الكائن البشري كائناً اجتماعياً فهو في أمس الحاجة الى التربية وذلك لكي يستطيع المشاركة في الحياة الاجتماعية في مجتمعه ويتحمل مسؤولياته تجاه نفسه وتجاه الآخرين في المجتمع ويساهم في تطوير بيئته الاجتماعية وتحسينها بالتعامل مع الآخرين من خلال التربية تتكون شخصية الفرد ويتحدد سلوكه واتجاهاته ويكتسب انماطاً واساليب في التعامل متفقاً عليها في مجتمعه والتربية تهى للفرد الوسائل المختلفة لتحقيق نموه نفسياً وجسدياً واجتماعياً ومعرفياً ومهنياً وخلقياً وهي التي تنمي قدرته على التفكير والتطوير والتجديد

تعريف العملية التربوية: ان معنى التربية ومفهومها ونظرتها الى كل من الفرد والمجتمع يختلف باختلاف المواقف التي ينظر فيها الى ماهية العملية التربوية في كل مجتمع من المجتمعات والى حاجات كل مجتمع واهدافه وسياساته ويمكن تعريف العملية التربوية بانها الجهود والمساعدى والمقصودة والهادفة التي يقوم بها مجتمع ما في سبيل اعداد الناشئين ومساعدة الافراد على النمو المتكامل بما يفي بحاجاتهم وقيامهم بأدوارهم الاجتماعية ومواصلة حياة الجماعة وتطويرها .

### تطور مفهومات التربية

التربية البدائية: لقد خاف الانسان البدائي من الظواهر الطبيعية المتعددة ولم يجد لها تفسيراً مقنعاً فأرجعها الى قوى غامضة ولذلك كانت التربية عند الانسان البدائي عملية الية تهدف الى :

- 1- تحقيق الامان : بدافع الرغبة في البقاء عن طريق الحصول على ضرورات الحياة لنفسه ولأسرته
- 2- المطابقة والامتثال : أي مطابقة تقاليد الجماعة والامتثال لتعاليمها دينياً واجتماعياً.

وكان للتربية البدنية اهمية كبرى فهي مكملة لعملية التربية وتهدف الى :

- 1- الكفاية البدنية وذلك لاعتماد الانسان البدائي على قوته البدنية وشجاعته للتغلب على كثير من المشكلات التي تعترضه في حياته اليومية ولذلك كان لابد له من اكتساب السرعة والقوة والرشاقة اللازمين لمواجهة حياته الصعبة
- 2- التماسك الاجتماعي :فقد صاحب النشاط البدني (المطاردة والصيد .. الخ) جو من الاحساس والسرور واصبح بذلك وسيلة لتعليم الصغار تقاليد الجماعة وكانت الرقصات التي ادوها من اوضح هذه الصور مما ادى الى خلق روح الجماعة وتماسكها مع تتابع الاجيال .

التربية القديمة: بعض الامثلة عن التربية القديمة:

- ١- التربية الصينية: كان غرض التربية تدريب الفرد على معرفة تعاليم نظام المجتمع والعلاقات الحيوية أي اساليب السلوك السليم في الحياة
- ٢- التربية في مصر القديمة: اتسمت اهداف التربية في مصر القديمة بالصبغة العلمية فمن وجهة نظر الدولة كان هدف التربية اعداد موظفين متعلمين لللازمين لإدارة مرافق البلاد وتنظيم مواردها ومن وجهة نظر الشعب كان الهدف هو الرغبة في الحصول على المزايا الكبيرة التي تأتي عن طريق التعليم ورفع مستوى الفرد ماديا واجتماعيا ومن وجهة نظر الحكماء كان الهدف بلوغ السمو في الحياة الانسانية على قيم اخلاقية سامية
- ٣- التربية اليونانية:

- التربية الاسبرطية: هدف التربية في اسبرطة الى تزويد كل فرد بقدر من الكمال الجسماني والشجاعة وغرس عادات الطاعة العمياء للقانون
- التربية الأثينية: اهتمت بإعداد رجل الحكمة الذي يبحث عن الكمال الجسدي والروحي والعقلي والقادر على تذوق الجمال.

### التربية البدنية

ان الرياضة البدنية تعود الطفل الجرأة والشجاعة والحزم والنشاط والنظام كما تعود الالعاب الجماعية والاعمال الكشفية والتعاون والمدرسة هي مسرح حياة لا تقل فيه الالعاب والجولات اهمية عن الموارد الدراسية بوجه من الوجوه.

اما التربية الخلقية فان الهدف من المواد الدراسية ليس تلقين المعلومات وتربية العقل فقط بل تربية الاخلاق ويقول الحصري: "ان الانسان لا يولد وهو متصف بالأخلاق الحسنة او السيئة بل تتكون عنده الاخلاق بنتيجة التدريب على الصفات الطيبة والعادات الحسنة ان التربية الخلقية لا تتم بالنصائح وحدها بل تتطلب استفادة من جميع وسائل الايحاء المختلفة ومن وقائع الحياة الحقيقية ومن الالعاب الجماعية والحياة الكشفية".

اما بالنسبة للتربية الاجتماعية هي وسيلة هامة في العيش المشترك المنظم وهذا العيش يتحقق في مراحل الدراسة ففي المدرسة يمكن تكوين العادات الاجتماعية عن طريق الالعاب الجماعية (مثل كرة القدم وكرة السلة ... الخ).

المعلم: عرف الحصري المعلم بأنه "روح المدرسة ومحركها الفعال فالمعلم هو مفكر زعيم وطني واجتماعي مصلح اخلاقي" ويقول ان "المعلم هو مندوب من المجتمع الكبير الى هذا المتع الصغير لخدمة الاغراض

الاجتماعية" واعتبر الحصري المعلم مربيا اولا ومعلما ثانيا فهو الذي يعد الجيل المقبل ويشكل تفكيره وسلوكه ويهذب وجدانه ويوجه ثقافته ونظرتة الى الحياة.

## التربية والتعليم

يقصد بالتعليم نقل المعلومات والمعارف من المعلم الى المتعلم اما التربية فهي اعم واشمل لأنها تشمل مجموعة الوسائل التي يستخدمها المربون من اجل تنمية شخصية التلميذ بدنيا وعقليا وانفعاليا وسلوكيا واجتماعيا واخلاقيا فالتربية اشمل من التعليم وبل يعد التعليم جزءا منها لأنها تعني كل المؤثرات والعوامل التي يعيش الانسان في وسطها

## عوامل التربية

هناك ثلاث عوامل تشترك في عملية التربية وهي

- 1- الاسرة : وهي ترعى الفرد منذ بداية تكوينه وتقدم له كل الرعاية الصحية والنفسية والاجتماعية والجسمية والانفعالية والعقلية
- 2- المدرسة : هي التي تقوم بالتربية بشكل مباشر اوجدها المجتمع لعجزه عن متابعة تربية الاطفال تربية كاملة شاملة في جميع مراحل نموهم
- 3- المجتمع : عن طريق مؤسساته المختلفة يقدم التربية بجميع الافراد بشكل غير مباشر ويساعد كل من الاسرة والمدرسة في عملهما التربوي

## علاقة التربية الرياضية بالتربية العامة

ان المقصود بالتربية الرياضية هو تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة اوجه النشاط المختلفة التي تنمي الجسم وتحميه عن طريق اللعب والتمرين والتدريب يقوى الجسم وتقوى عناصر سلامته فان عملية التربية تتم في الوقت نفسه وقد تجعل الفرد اكثر شغفا وحباً للحياة بما معناه انها تساعد في بناء مجتمع العطاء والرفاهية والعلاقات الانسانية الخيرة والتربية الرياضية هي جزء من عملية التربية العامة وهي ليست اضافة على البرنامج المدرسي كوسيلة لهو التلاميذ بقدر ما هي عملية نمو اجتماعي بدني يكسبهم الصحة الجسدية والنفسية والعقلية

## دور التربية الرياضية في التربية العامة

فان عمل التربية الرياضية لا يقتصر على الجسم فقط ان العقل والجسم وحدة لا تتجزأ. وليس هدف الجسم حمل العقل فقط لان تنمية اللياقة البدنية والمهارة الحركية تؤدي الى استخدام العقل خير استخدام.

- ومن خلال ممارسة التربية الرياضية يحصل الفرد على سيل من المعلومات والمعارف الهامة. ومنها
- المعلومات الخاصة بالجسم البشري والأمراض وبأهمية اللياقة البدنية والمعلومات المتعلقة بالقوانين الرياضية واستراتيجية الالعب وخطط لعبها واهمية المواد الغذائية.
- ان للنواحي الاجتماعية اعتبرا كبيرا في التربية الرياضية فتعلم المهارات لا يؤدي دون ان يطرأ تبديل او تغيير في شخصيات ممارسيها وسلوكهم الاجتماعي فقواعد الالعب هي قواعد الحياة نفسها
- ان الالتزام بالقوانين الموضوعة بالألعب والامتنال لقرارات الحكام ونصائح المدربين ينعكس بدوره على الالتزام بالقوانين والاعراف التي اوجدها المجتمع بتنظيم مسيرته نحو التقدم والنمو والارتقاء
- وبرامج التربية الرياضية على كافة اصعدتها تؤكد اهمية التعاون على انه اساس في تحقيق الاهداف التي يرمي اليها كل من الرد والمجتمع فالفرد عمل والجميع يعملون ولا تظهر النتائج الا اذا قام كل بنصيبه في العمل
- كما ان تلبية نداء الواجب في الانتماء الى الفريق والتعب من اجله وبذل كل المقدره الجسدية والعقلية في سبيل تحقيق الفوز هو انعكاس لمدى ارتباط الناشئ بروح الجماعة .

## انواع التربية

- ١- التربية غير المدرسية ولها نوعان: تربية عرضية وتربية منظمة
  - التربية العرضية: وتشمل الاسرة الاصدقاء ووسائل الاعلام
  - الاسرة: هي الوعاء الثقافي الاول الذي يشكل حياة الفرد فهي الى جانب كونها الاساس الاول لرعاية الطفل فهي اداة لنقل الثقافة إليه وعن طريقها يعرف اشارات الاتصال (اللغة) واساليب الاتصال الاجتماعية ووسائله .
  - الاصدقاء: يلعب الاصدقاء دورا هاما في نمو شخصية الطفل وتربيته عن طريقها يتعلم انماط السلوكية الجماعية
  - وسائل الاعلام: تشمل محاولات منظمة لأعداد برامج تعليمية خارج التعليم المدرسي وهي تعد ضرورة اجتماعية واقتصادية تهدف الى توفير فرص تعليمية لفئات متعددة من المجتمع ولهذه البرامج اشكال متعددة منها:
    - برامج محو الامية ، برامج الخدمات الارشادية والدورات التدريبية، برامج تدريب الشباب على الخدمة العامة
    - مثل العمل الشعبي، برامج ثقافية عامة لتزويد الافراد بالمعلومات والمهارات اللازمة لتحقيق اهداف التنمية الاجتماعية والعلمية والسياسية والاقتصادية، برامج الثقافة الشعبية. تعلم اللغات الاجنبية والبرامج الموسيقية والفنية)
- ٢- التربية المدرسية:

المدرسة: هي المكان الذي يتلقى فيه التلاميذ المعارف والخبرات والمهارات بأشراف المعلمين والموجهين وبتوجيههم والمجتمع اوجد المدرسة من اجل ضمان استمراره فهي تتولى نيابة عن الاسرة والمجتمع مهمة

تربية النشء واعدادهم لحياة طيبة فالتربية المدرسية وتسمى التربية النظامية او التربية المقصودة هي تربية تامة الضبط والتوجيه للتعلم نحو اهداف محددة والتربية المدرسية بمراحلها المختلفة تعمل كلها من اجل اعداد الافراد والوصول بهم الى مستوى امانيه وأماني المجتمع فيهم وعلى هذا فالمدرسة تتحمل مسؤولية ذات ابعاد ثلاثة :

- ١- تدعيم القيم الروحية والخلقية المرغوب فيها والتخلص من المفاهيم والاتجاهات الغير مرغوب فيها
- ٢- تغيير سلوك الافراد وتعديل في صورة اجتماعية
- ٣- تمكين الافراد من اعادة النظر في انفسهم واعداد تشكيل بيئتهم بذكاء ليكونوا قوة محركة للتنمية

### وظائف التربية المدرسية:

#### من الناحية التربوية :

- \_\_\_ التبسيط في عملية النقل الثقافي تعني تهيئة المواقف التعليمية التي تتناسب مع مراحل النمو المختلفة ومع استعدادات التلاميذ
- \_\_\_ الانتقاء او الاختيار: أي اختيار القيم والعادات والمعارف على اساس بين المرغوب فيه وغير المرغوب فيه اجتماعيا واستخدام هذه العناصر الجيدة لبناء مستقبل افضل
- \_\_\_ تقديم التراث الثقافي في صورة واضحة واقتصادية
- \_\_\_ ايجاد حالة من التوازن بين مختلف عناصر البيئة الاجتماعية وقطاعاتها أي التماسك الاجتماعي.
- \_\_\_ ان تنمي ذكاء الفرد بحيث يصبح فريدا في ذاته مبتكرا في ثقافته وبيئته

#### من الناحية الاجتماعية:

- \_\_\_ تنظيم محاضرات صحة وتربية واجتماعية.
- \_\_\_ فتح مكتبة المدرسة لكافة التلاميذ.
- \_\_\_ قيادة المشاريع الاجتماعية والصحية مثل يوم النظافة يوم المرور... الخ
- \_\_\_ تحويل المدرسة في اوقات الفراغ الى مركز لمكافحة الامية او لنشر التربية المهنية او لرفع المستوى الثقافي في ناحية معينة.

#### دور التربية الرياضية في تحقيق وظائف المدرسة:

- ١- تساعد دروس التربية الرياضية ونشاطاتها على تحقيق نمو شخصيات التلاميذ نموا متوازنا
- ٢- تساعد التربية الرياضية على تكيف التلاميذ نفسيا واجتماعيا كما ترفع من شأن استقرارهم العاطفي والانفعالي.

- ٣- ترتقي النشاطات الرياضية بالعلاقات الاجتماعية وتربط المدرسة بالمنول والمجتمع
- ٤- تشغل نشاطات التربية الرياضية اوقات فراغ التلاميذ بنشاط مفيد
- ٥- للتربية الرياضية الأثر الكبير في سلوك التلاميذ واخلاقهم وطباعهم

## المربي واعداده

المعلم هو المربي الذي يستمد منه التلميذ المعلومات والخبرات والمهارات والعادات و المربي يعتبر عصب العملية التربوية والعامل الرئيسي الذي يتوقف عليه نجاح دور المدرسة وبلوغ اهدافها

### \_\_ صفات المربي وخصائصه:

- ١- الصفات والخصائص البدنية والصحية: التمتع بالصحة البدنية والخلو من الامراض والتمتع باللياقة البدنية والمظهر الخارجي الحسن
- ٢- الصفات والخصائص العقلية والثقافية: أي ان يكون على درجة لا بأس بها من الذكاء وان يميل الى المعرفة والاستزادة من المعلومات
- ٣- الصفات والخصائص الانفعالية والاجتماعية والخلقية: ان يكون متزنا من الناحية الانفعالية وقادرا على ضبط نفسه ويتصف بالحزم وسعة الحيلة وان يكون اخلاقيا في سلوكه
- ٤- الصفات والخصائص المسلكية: ان يكون وجدانيا في عمله يشارك في النشاط المدرسي ويتبع افضل طرق التدريس ويهتم بعملية التقويم

### \_\_ مسؤوليات المربي:

أولا: مسؤوليات المربي تجاه تلاميذه:

- ١- ان تكون المعرفة هدفا واداة لتنمية التفكير.
- ٢- ان يعالج المعلومات من وجهة نظر تلاميذه وليس من وجهة نظره أي ان يقوم بتبسط الحقائق والمعلومات لتلاميذه.
- ٣- ان يتحمل مسؤولية تنمية شخصية التلميذ أي مساعدة كل متعلم على النمو من سائر جوانب الشخصية

ثانيا: مسؤوليات المربي تجاه مهنته:

- ١- ان يكون اختيار للمهنة من خلال الرغبة فيها والقدرة على تحمل اعبائها
- ٢- ان يسعى لتنمية معارفه ومهاراته باستمرار
- ٣- ان يكون مخلصا في عمله ولا يختصر عمله على النشاط الصفحي بل يتعداه الى الانشطة اللاصفحية
- ٤- ان يعتز بمهنته ويلتزم بقواعدها الاخلاقية باعتباره قدوة في سلوكه العام والخاص

ثالثا: مسؤوليات المربي تجاه مجتمعه:

- ١- ان يتمسك بعادات وتقاليد مجتمعه وقوانينه
- ٢- ان يراعي القيم والعادات
- ٣- ان يربط بين المدرسة والبيئة المحلية والمجتمع الاكبر