

## المحاضرة رقم: 05 مدخل لفلسفة وتطور النشاط البدني الرياضي

### مدخل

لقد ارتقت مختلف العلوم نتيجة لجهود الباحثين والعلماء ونشأت العلوم الحديثة للتربية، حيث أن تطور هذه العلوم كشف عن مدى أهمية كثير من العلوم والمعارف في ميدان التربية ومن هذه العلوم النشاط البدني الرياضي، الذي أصبح في صورته التربوية الجديدة ونظمه وقواعده السليمة وبألوانه المتعددة، ميدانا هاما من ميادين التربية، وعنصرا قويا في إعداد المواطن الصالح، وتزويده بخبرات ومهارات واسعة، تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه، وتجعله قادرا على أن يشكل حياته وتعيينه على مسيرة العصر في تطوره ونموه.

إن الإنسان يتربى وينمو من خلال النشاط البدني الرياضي باعتباره أحد الحاجات الأساسية والضرورية للإنسان. فحب البقاء مع الاحتفاظ بصحة جيدة تتضمن الحالة النفسية والفسيوولوجية والاجتماعية والعقلية التي ينميها النشاط البدني الرياضي لما له من أوجه نشاط متعددة ومواقف نفسية. حركية تستطيع تنمية السمات الاجتماعية والخلقية والصحية للفرد وفي نفس الوقت تؤكد الخصائص الضرورية لحياة الجماعة.

وإن تطور ونمو النشاط البدني الرياضي لم يكن وليد الصدفة إنما لعبت التربية الحديثة من خلال العلوم التربوية والمفاهيم الحديثة للتربية والتي غذتها مختلف العلوم الإنسانية والاجتماعية كعلم النفس بفروعه وعلم الاجتماع وغيرها بالعلوم والمعارف والنظريات والتي خرجت بنتيجة أن النشاط البدني الرياضي هو " تربية للجسم عن طريق النشاط الحركي "

### النشاط البدني الرياضي:

يرجع ظهور النشاطات البدنية الرياضية إلى العصر الحديث بالمدرسة وكان مفهومها الأول يعرف «بالتدريب البدني " وذلك لكون أهدافها كانت محدودة إذ تقتصر فقط على اكتساب التلميذ للصحة البدنية وبالتالي البنية الجسمية، ونظرا لأهمية النشاط ليس فقط

إن التربية الرياضية كوسيلة للنشاط البدني الرياضي تعتبر إحدى فروع التربية الأساسية التي تستمد نظرياتها من مختلف العلوم وتستخدم النشاط البدني المختار المنظم والموجه لإعداد الأفراد من إعداد متكاملًا بدنيا واجتماعيا وعقليا كما أنها تكيف الفرد بما يتلاءم مع حاجاته والمجتمع الذي يعيش فيه وتعمل على تطوره والتقدم به وتكيفه بأقصى سرعة ممكنة، حيث تشمل أنشطتها على برامج تربوية مختلفة وترفيهية والعباب مختلفة وسلوك اجتماعي مميز كما جعلت التربية الرياضية من الإشراف الرياضي على تلك النواحي طابعا مميزا من التوجيه والإرشاد الصحي

والنفسى لتقوم به السلوك الإنساني ما تكفله الرياضة بسلامة الأفراد وتكوين لهم في كل مرحلة من مراحل أعمارهم جعلت منها الوسيلة الوحيدة التي تربي الفرد تربية صالحة تخدم نفسه ومجتمعه من جميع الوجوه. ومن هذه الأسس العلمية والتربوية أخذت مكانتها من التربية العامة. حيث يقول الدكتور نايف ان التربية البدنية والرياضية التي تعرض لها الكثير من العلماء في تعاريف مختلفة نذكر منها قول جون جاك روسو صاحب أفكار في البيداغوجيا، التربية البدنية ضرورية لتحضير الطفل وتطوير استعداده للحياة الراشدة، فهي تطور جسم الطفل ليصبح في توازن مع جانبه الروحي.

كما نجد أن النشاط البدني الرياضي قد تجاوز حدود الجسم، ليشمل آفاق الفكر والإدراك والمشاعر والإحساسات والانفعالات والدوافع الشخصية وهو ما يبين بصورة أوضح أن النشاط البدني الرياضي في صورته التربوية قد خرج عن نطاق العضلات والجري كما كان يعرف به، وما زاد النشاط البدني الرياضي أهمية اعتباره أساس عملية التربية وميدانا من ميادينها إذ يلعب دورا كبيرا في إعداد الإنسان الصالح المنتج حين يزوده بمهارات واسعة وخبرات كثيرة تسمح له بالتكيف مع مجتمعه الذي يعيش فيه.

### **أغراض النشاط البدني الرياضي:**

لم يكن النشاط البدني الرياضي مجرد حركة أو نشاط تؤدي دون هدف محدد بل خصصت لها أهداف بغرض الوصول لتنمية مدارك الفرد من الناحية البدنية والحركية والعقلية والعلاقات الإنسانية ورأت في ذلك أن الإنسان عبارة عن وحدة متكاملة عقلا وجسما ووجدانا لا يستطيع أن يقوم بتجربة حركية لوحدها بل لابد من عملية التفكير في الأداء الحركي مع الانفعال والتصرف إزاء هذا الموقف الذي قد يتكرر باستمرار في مزاولة الألعاب والأنشطة الرياضية ومن هنا أصبح غرضها تربويا يهدف إلى تنمية النشا تنمية متكاملة من الناحية الصحية والجسمانية والعقلية والاجتماعية والنهوض به إلى المستوى الذي يصبح به عضوا فعالا في مجتمعه.

### **ومن الأغراض العامة ما يلي:**

#### **- تنمية الكفاية البدنية:**

والمقصود بالكفاية البدنية أن الجسم يكون سليما من الناحية الفسيولوجية أي سلامة الأجهزة الوظيفية للجسم وان يكون البدن خاليا من أي تشوه جسماني وان يتم إعداد الجسم بما يناسبه من تمارين رياضية تتناسب والمرحلة العمرية للفرد.

### - تنمية المقدرة الحركية:

ويرجع تنمية هذه المقدرة إلى ما أعددها من الناحية البدنية التي تؤهل الجسم للقيام بحركاته في كفاءة وما اكتسبه الجسم من قدرات بدنية كالخفة والرشاقة والسرعة وغيرها من عناصر اللياقة البدنية التي خصصت إلى إعداد الجسم إعدادا علميا من الناحية البدنية حتى يستطيع أن ينشط في الأداء الحركي ليتمكن من ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية

### - تنمية الكفاءة العقلية:

إن سلامة البدن له تأثيره على الخلايا العقلية من حيث تجديدها المتواصل من الناحية الفسيولوجية مما يمكنه من تأدية وظيفته على الوجه الأكمل فالقدرة علة استيعاب المعلومات ونمو القوى العقلية والتفكير العميق الهادف لا يتأتى بصورة مرضية إلا إذا كان الجسم سليما تماما حيث " أن الجسم هو الوسيط للتعبير عن العقل والإرادة وان مجالات الألعاب المختلفة واكتساب المهارات الرياضية تصاحبها عمليات من التفكير واكتساب الكثير من المعارف والمعلومات التي تتعلق بطريقة اللعب وقوانين الألعاب وتواريخها ومراوغة ورسم الخطط وتصويب الكرة بطريقة محكمة كل هذه الأمور تتطلب تفكيرا عميقا وتشغيلا للعقل

### - تنمية القدرات المعرفية:

مما لاشك فيه أن النشاط البدني الرياضي يعزز نمو الجانب المعرفي ، فالأنشطة البدنية والرياضية تساعد التلميذ على تحسين قدراته الإدراكية والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية ، فالألعاب الجماعية بتنوع خططها التكتيكية تحفز العمليات الذهنية عند التلميذ من أجل إدراك مكانه في اللعب ومكان زملائه، ما يحتم عليه كذلك وجوب معرفة القوانين والخطط وطرق اللعب وتاريخ اللعبة والأرقام المسجلة ، فهذه الجوانب لها طبيعة معرفية لا تقل أهمية عن الجوانب الحركية والبدنية في النشاط ، فهذه الأبعاد المعرفية للنشاط تنمي الفرد المعرفة والفهم والتخيل والتركيز والقدرات والمهارات الذهنية التي تساعده على التصور والإبداع.

### التنمية العقلية:

يشير غرض التنمية العقلية إلى تجميع المعارف أو العناية على التفكير وتفسير هذه المعارف وأوجه النشاط البدني، يجب أن تعلم وعلى ذلك فهناك حاجة إلى التفكير من جانب الجهاز الذهني وينتج عن ذلك اكتساب المعرفة، فيلم الشخص بمسائل مثل فوانين وفنون الأداء والإستراتيجية في أوجه النشاط البدني الرياضي ويمكن أن نتخذ كرة السلة هنا كنموذج ففي هذه الرياضة يجب على الممارس أن يلم بجوانب عديدة كقانون اللعبة وإستراتيجية الدفاع والهجوم وأنواع التمريرات المختلفة، وأخيرا لا بد أن يعرف الفوائد والقيم المستمدة من ممارسة هذه الرياضة.

والخبرات الفنية التي يتعلمها الشخص بالخبرة ينتج عنها معارف على الفرد أن يكتسبها ، فمثلا يعرف الشخص أن الكرة تسير أسرع وبدقة أكبر ر إذا قام بخطوة عند تمريرها كما يمكن للمرء اكتساب بعض المعارف التي تعتبر غاية في الأهمية مثل التبعية والقيادة والشجاعة والاعتماد على النفس ويجب أن نؤخذ المعرفة الخاصة بالصحة مكانا هاما في البرنامج وحصيلة المعلومات تمد الشخص بخبرات وتساعد على تفهم وتفسير المواقف الجديدة التي تقابلها من يوم إلى آخر، وهذا يعني أنه يملك قدرة أكبر على الوصول إلى قرارات حكيمة، وأنه يستطيع أن يفرق بين الخطأ والصواب فعن طريق خبراته في الألعاب والرياضيات المختلفة يستطيع الشخص أن ينمي إحساسه بالقيم وتنمية اليقظة والمقدرة على شخصية الموقف المشحون بالانفعال ونرى أن ان النشاط لبدني الرياضي يهدف إلى تنمية الحواس والمقدرة على التفكير، واكتساب المعارف والمعلومات عن كيفية أداء الحركات الرياضية والممارسة المنظمة لها، وتنمية قابلية القيادة الرشيدة وتدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق لديهم .

### - العلاقات الإنسانية:

العلاقات الإنسانية والمقصود بها الأغراض التربوية التي تتصف بالأهداف والتي يمكن للفرد أن يكتسبها عن طريق الألعاب المختلفة حيث يكتسب منها عادات وصفات خلقية حميدة كالصبر والجلد وقوة التحمل والاعتماد على النفس والطاعة والنظام واحترام الآخرين والمثابرة والشجاعة وتحمل المسؤولية وغيرها من الصفات الإنسانية الحميدة.

### خصائص الأهداف في النشاط البدني والرياضي:

من البديهي أن أي نجاح في أي عمل كان، مرهون بمدى نجاعة التخطيط لرسم الأهداف المراد الوصول إليها، في هذا الصدد يقسم الدكتور احمد الطيب الأهداف إلى ثلاثة أنواع وهي: الأهداف التربوية، الأهداف التعليمية، والأهداف السلوكية.

### الأهداف التربوية:

وهي ترتبط ارتباطا وثيقا بخصائص ومطالب المجتمع وفلسفة الدولة أيضا ونهتم بخصائص المتعلم الجسمية، ولنفسية، والعقلية، ولهذه الأهداف جملة من الخصائص وهي كما يلي:

- تتسم بالمرونة في صياغتها ومحتواها، ولا تحمل معنى سلوكيا، حيث أنها لا تشير إلى ما ينبغي على المتعلم أن يقوم به في نهاية التدريس.

- يشترك في وضعها ممثلون لقطاعات عديدة من المجتمع وأجهزة الإعلام والمدرسة والأندية.

- تعبر هذه الأهداف عن جميع مراحل التعليم وأنواعه المختلفة، ولإعداد هذه الأهداف يجب مراعاة ما يلي:

**الشمول:** وهي أن تشمل الأهداف المراد بناءها وظائف التربية والتعليم المختلفة، وان تشتق من مصادر متعددة.  
**الواقعية:** وهي أن تتسم الأهداف التربوية بالواقعية أي تشمل وترتبط بالواقع الاجتماعي، والواقع التربوي.  
**الوضوح:** أن تصاغ هذه الأهداف بلغة يتمكن من فهمها المخططون لها، وينفذوها على السواء.  
**الإمكانية:** وهي أن تصاغ الأهداف بصورة قابلة للتحقيق في الميدان، مراعية الإمكانيات المادية والبشرية.  
**التكامل:** يؤكد هذا المعيار على ضرورة التكامل بين عناصر الأهداف العامة ومركباتها، وعلى اعتبار العملية التعليمية نسقا يحتوي كل المركبات الجزئية، فلا بد من إحداث التوازن بين المركبات وبالتالي التكامل بين أجزاء النسق.

### الأهداف التعليمية:

يقول الدكتور احمد الطيب " إن الأهداف التعليمية هي وليدة الأهداف التربوية، ووصيفتها الأساسية هي توجيه عمليتي التعليم وتسييرها حتى تتحقق أهداف المجتمع العامة من العملية التربوية، وعليه فان الهدف التعليمي هو عبارة عن وصف لسلوك ينتظر حدوثه في شخصية التلميذ نتيجة لمروره بخبرة تعليمية أو بموقف تعليمي معين. وتتسم الأهداف التعليمية بما يلي:

- إنها محددة وليست عامة.

- إنها يتم التعبير عنها في معظم الوقت من جانب المتعلم.

- إنها توضع في قوائم طويلة.

ويعتبرها المعلم مرجعا له، من خلال تقييمه للتلاميذ لمختلف السلوكيات

"وبذلك فان الأهداف التعليمية ماهي إلا تعبيرات محددة تصدر أو تنتج أو تقع بين الهدف التربوي العام،

والهدف السلوكي النهائي.

### الأهداف السلوكية النهائية:

وهذه الأهداف يتم التعبير عنها من ناحية المتعلم وهي تمثل خلاصة أو نتيجة التعليم. فإذا كان هدفنا هو

التخفيف من ظاهرة العنف في الوسط المدرسي بالتخفيف من الضغوط النفسية، وامتصاص الطاقة الزائدة، وتفعيل

عملية التكيف الاجتماعي، من خلال النشاط البدني والرياضي فان وجود هذا الهدف يجب أن يراعي الظروف

الواقعية من وسائل مادية وبشرية للوصول إلى تلميذ متوازن نفسيا، وعاطفيا وانفعاليا، سليم وقوي جسميا، مسؤل

ومتكيف اجتماعيا.