

المحاضرة 04

مفاهيم النشاط البدني الرياضي و ظاهرة العولمة

النشاط البدني الرياضي

- تعريف النشاط:

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية. (محمدالحمامي ، 1996، ص20)

- تعريف النشاط البدني:

يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتريص في مقابل الكسل والوهن والخمول، في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام ولقد أستخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأطوار الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء بيرز larsen الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى.(أمين أنور الخولي، 2001، ص12)

تعريف النشاط البدني والرياضي:

يعتبر النشاط البدني والرياضي أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيماً والأرفع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني ويعرف "مات فيف" بأنه نشاط ذو شكل خاص وهو المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات و ضمان أقصى تحديد لها، و بذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته وتضيف

"كوسولا" أن التنافس سمة أساسية تضيف على النشاط الرياضي طبعاً اجتماعياً ضرورياً وذلك لأن النشاط الرياضي إنتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي ثقافي. أو نسبة إليه، كما أنه مؤسس أيضاً على ويتميز النشاط الرياضي عن بقية ألوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص ، ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على أنه نشاط رياضي قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة. وهذه القواعد تكونت على مدى التاريخ سواء قديماً أو حديثاً والنشاط الرياضي يعتمد أساساً على الطاقة البدنية للممارس وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط و طرق اللعب .

إن النشاط البدني الرياضي عبارة عن مجموعة من المهارات، متعلمة من اتجاهات يمكن أن يكتسبها الفرد دون سن معين يوظف ما تعلمه في تحسين نوعية الحيات نحو المزيد من تكيف الفرد مع بيئته ومجتمعه، حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي لا تقتصر المنافع على الجانب الصحي والبدني فقط إلا أنه يتم التأثير الايجابي على جوانب أخرى إلا وهي نفسية واجتماعية، العقلية والمعرفية، الحركية والمهارية، جمالي و فني وكل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملاً منسقاً متكاملًا. (أمين أنور الخولي ، سنة 1996، ص22)

- أنواع النشاط البدني الرياضي:

إذا أردنا أن نتكلم عن نواحي النشاط والتربية الرياضية، كان من الواجب معرفة أن هناك نشاط ممارسة الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين، في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط : الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة ، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح ،رمي القرص، تمرينات الجمباز. وأما النشاط الآخر فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق ومن أمثلته كرة السلة كرة اليد ، كرة الطائرة ، فرق التتابع في السباحة والجري ، ورياضة الهوكي.

هذا التقييم من الناحية الاجتماعية لكن يمكننا تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلى كرات أو أدوات خاصة وبعضها لا يحتاج إلى ذلك ومنها:

-ألعاب هادئة:

لا تحتاج إلى مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ ومكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية، أو إحدى الغرف وأغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم.

- ألعاب بسيطة:

ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

- **ألعاب المنافسة:** تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب، يتنافس فيها الأفراد فرديا وجماعيا. إذن بما أن المنافسة يشترط توفر خصمين أو متنافسين فلا بد من توفير جميع الشروط من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق الفوز. وفيما يخص النشاط الرياضي المرتبط بالمدرسة والذي يدعى بالنشاط اللاصفي للتربية البدنية، فإنه يعتبر أحد الأجزاء المكملة لبرنامج التربية البدنية ومحقق نفس أصدائها، وينقسم بدوره إلى نشاط داخلي ونشاط خارجي. (على يحي المنصور ، 1971 ، ص20)

أهداف النشاط البدني الرياضي:

إن أهداف النشاط البدني الرياضي تسعى إلى التعبير عن مفاهيم واتجاهات النظام التربوي والعمل في سبيل تحقيق إنجازها وتوضيح ووظائفها ومجالات اهتمامها وهي تتفق ببداية مع أهداف تربية وتنشئة وإعداد الفرد الصالح بطريقة متوازنة، متكاملة وشاملة من بين أهداف النشاط الرياضي:

- زيادة قدرة الفرد على تركيز الانتباه والإدراك والملاحظة والتصور والتخيل والابتكار.
- رفع كفاءة الأجهزة الحيوية للفرد كالجهاز الدوري التنفسي، ذلك لأن النشاط الرياضي يقوي عضلات القلب والرئتين ويزيد من كفاءتها الوظيفية.

- اكتساب الصحة العامة للجسم والتمتع بها فقد يتمتع البعض بصحة طيبة دون ممارسة لون من ألوان النشاط الرياضي، إلا أن الأفراد الذين يمارسون هذا النشاط يشعرون ببهجة الحياة.

- اكتساب اللياقة البدنية والقوام المعتدل، ويعرف البعض اللياقة البدنية على أنها القدرة على أداء عمل الفرد في حياته اليومية بكفاءة دون سرعة الشعور بالإرهاق أو التعب مع بقاء البعض من الطاقة التي تلزمه للتمتع بوقت الفراغ.

- تحقيق التكيف الاجتماعي والنفسي للفرد داخل أسرته ومجتمعه ووطنه.

الأهداف العامة للنشاط البدني والرياضي

أهداف النشاط البدني الرياضي الناحية البدنية:

وتتمثل في تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تساعده على القيام بواجباته اليومية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق مثل إكسابه القوة السرعة، المرونة والقدرة العضلية . فالتربية البدنية والرياضية تهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة

أهداف النشاط البدني الرياضي من الناحية النفسية الاجتماعية

إن النشاط البدني الرياضي التربوي لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية كما يساهم النشاط البدني الرياضي التربوي (التربية البدنية والرياضية) بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة وقوية، وبمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة.

فالنشاط البدني الرياضي التربوي (التربية البدنية) تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أخ أو عوناً

موجها وتتمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عضواً في جماعة منطقة

فالنشاط البدني الرياضي التربوي (التربية البدنية) تعتبر مجال خصب للوثام المدني، فهي تنمي روح

الانضباط التعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد ومجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة

أهداف النشاط البدني الرياضي من الناحية الخلقية

إن النشاط البدني الرياضي التربوي (التربية البدنية والرياضية) تعمل على رعاية النمو التنافسي لدى التلاميذ لكل مراحل التعليمية بالتوجيه السلمي لإبراز الطاقات الإبداعية الخلاقة وذلك في ضوء السمات النفسية للمرحلة كما أنها تعمل على تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة في ضل نشر الثقافة الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة وتقديم الخبرات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية والصفة العامة المتناسبة مع القدرات العقلية وبرامج المواد الأساسية.

فالتربية البدنية والرياضية بالإضافة إلى نشر الروح الرياضية تشمل التهذيب الخلقى وتكوين الشخصية وإظهار صفات كالشجاعة والصرامة،التعاون،الطاعة،حب النظام

تحليل ظاهرة العولمة:

- يمكن تحليل جوانب العولمة المختلفة وتأثيراتها المتباينة فيما يلي
- العولمة تتجاوز الحدود ، ولا نقر بالوطن باعتباره الفسحة الوحيدة المتاحة التي يستطيع فيها ممارسة حقوقهم السياسية كاملة هنا أو منقوصة هناك.
 - التي تفصل بين قدرات الشعوب على تحقيق مطامحها وبين القرارات الكبرى التي تحدد مصيرها ، وتتوخذ دائما بمعزل عنها خارج الحدود.
 - العولمة هي نتاج متغيرات متلاحقة تكسرت بانتهاء الحرب الباردة.

- إنها مرحلة جديدة يسميها البعض مرحلة ما بعد الامبريالية ، ويسميها البعض الآخر ما بعد التنمية

ويتفق الجميع تقريبا على كونها الوليد الشرعي للشركات متعددة الجنسية تلك الشركات.

- في العولمة يختفي دور المبدع ليحل محله مروج السلعة وبائعها.

- في العولمة اختفت كلمات (الاستقلال - وطني - تقرير المصير) وحلت محلها كلمات أخرى لوصف السوق المعولم ويشرح قواعده ولمديح مزاياه.

- في العولمة تحول المسئولين في لقاءاتهم وإسفارهم إلى رجال أعمال يعقدون الصفقات ويستجدون القروض ، وفي بلاد الفقراء الواسعة تحولوا إلى باعة متجولين لصالح الشركات عابرة القوميات.

- العولمة تستهدف الشرائح القادرة على الاستهلاك في كل مكان ، فلا مكان للفقراء في حساب الشركات متعددة الجنسية.

- في العولمة ، الهوية هي احد مكونات الشخصية الوطنية غلا مكان لمن ليس له هوية في ظل عولمة بلا حدود.

- في العولمة تزداد الفوارق بين الدول وتؤدي إلى خروج هذه الدول محققا مكاسب عالية وأخرى تفقد الكثير حتى مواردها.

آليات العولمة :

مع التطورات الحديثة خاصة في مجال التقنية والاتصالات والمعلومات وفي ظل اتجاهات العولمة تطورات آليات الهيمنة الاقتصادية والسياسية والثقافية حيث بدأ التعامل مع ثقافات قومية وأوضاع اجتماعية متميزة ، ولذلك اتجهت آليات الهيمنة نحو تدويل الاقتصاد وتدويل رأس المال وقوة العمل والانتاج وكذلك تدويل أنماط الاستهلاك بل والتدويل الثقافية ذاتها.

-هل العولمة خير أم شر ؟

هناك ثلاث مفاهيم في هذا المجال :

- **المفهوم الأول :** والذي يعتبر أن العولمة شيء ايجابي حيث أنها أتاحت الديمقراطية والتحريرية وأرست مفهوم حقوق الإنسان وتحاول ايجاد وتوفير مستويات معيشية أفضل لقطاعات المجتمع ولا تكتفي بتوفير البضائع الاستهلاكية بل ترتقي الى التواصل مع الثقافات الأخرى.

- **المفهوم الثاني :** وينظر هذا المفهوم الى العولمة كشر حيث أدت الى انتشار البطالة وقلة العمل المنظم وساهم في توسيع الفجوة بين الأغنياء والفقراء ، كما انتشر في مناخها انعدام الأمن وازدياد العنف مما يحتمل تهديدات حقيقية عن الأمن والسلام ، وفي ظل هذا النظام انتشرت المافيا وكثرت المنظمات الارهابية وتوسعت تجارة المخدرات والاسلحة (ما فيها ذلك أسلحة الدمار الشامل).

- **المفهوم الثالث :** وهو المفهوم الموازي للعولمة والتي تحاول بعض الدول مثل ماليزيا والصين انتهاجه بحيث لا يؤثر على نمط حياتها الوطنية مع الاستفادة من العولمة في المشاركة الايجابية في الاقتصاد العالمي