

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 تمرينات رياضية تتناسب والمرحلة العمرية للفرد.

**- تنمية المقدرة الحركية :**

ويرجع تنمية هذه المقدرة إلى ما أعددناه 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 تفكيراً عميقاً وتشغيلة للعقل

### - تنمية القدرات المعرفية :

مما لا شك 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 خطتها 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 فوائبن 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 ، وأخيراً لا بد أن يعرف الفوائد والقيم المستمدة من ممارسة هذه الرياضة

والخبرات الفنية التي يتعلمها الشخص بالخبرة ينتج عنها معارف على الفرد أن يكتسبها ، فمثلاً يعرف الشخص أن الكرة تسير أسرع وبدقة أكبر 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 بخيرات 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 حيث 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 .