

المحاضرة الثالثة:



طرق تدريس التربية البدنية والرياضية في الأنظمة التربوية المعاصرة

1- الطريقة الفرنسية :

صاحب هذه الطريقة هو الكولونيل اموروس¹ وتسمى كذلك باسمه - طريقة اموروس- والذي تجنس بالجنسية الفرنسية ، وفتح مدرسته للألعاب الرياضية في باريس ، وكان يرى في الرياضة أنها تقوي الأجسام وتنمي الملكات الخلقية ، و اعتبرها جزء من الثقافة العامة ، وكانت طريقته تعتمد على حركات رياضية مصحوبة بالموسيقى الإيقاعية ، تتدرج من السهل إلى الصعب ، ومن البسيط إلى المعقد ، وتستعين بعدد من الأدوات الرياضية .

ولكن أتباع اموروس حرفوا وبالغوا في طريقته ، وأصبحت تقتصر فقط على الحركات البهلوانية ، والتي هي أساسا تعتمد على الحركات الصعبة والمعقدة .

وهكذا أبعدت عن الاستعمال المدرسي كما أنها أصبحت لا تقوي سائر أعضاء الجسم بطريقة متناسقة ، ومع مرور الزمن اقتصرت طريقة اموروس بتحضير البهلوانيين و الهواة ، و أصبحت لا تلائم تلاميذ المؤسسات التربوية¹

2- طريقة جوان فيل :

هي عبارة عن امتداد لطريقة اموروس ، إلا أنها تطورت وتحسنت كثيرا مما كانت عليه في السابق ، هذه المدرسة كانت تمثل الرياضة العسكرية ، وقد طبقت على التلاميذ الذين تتراوح أعمارهم بين 5-13 سنة ، وتتم هذه

- نافع سفيان :ممارسة التربية البدنية و الرياضية و أثرها على الصورة الجسدية ،مذكرة ماجستير ،جامعة الجزائر ،2001،ص50. ¹

الطريقة بتقوية جميع أجهزة الجسم ،بتناسق تام كتقوية الجهاز التنفسي ،العضلي و العصبي وتهدف إلى تصحيح الجسم ،واكتسابه المناعة ضد الأمراض.²

3-الطريقة السويدية :

مبتكر هذه الطريقة هو الضابط السويدي "لينج" ، وقد عاصر كل من " اموروس و جاهن " ، ومن الغريب في الأمر أن هذا الضابط وقعت له تشوهات في جسمه أثناء الحرب ، وبالتالي ابتكر تمارين و حركات رياضية لكي يعيد لجسمه أناقته وجماله .

وبعد جهد جهيد نجح و زالت التشوهات عن جسمه و اشتهرت هذه الطريقة بالتمارين السهلة والبسيطة ، وتعتمد على عدد بسيط من الأدوات الخشبية وهي موجهة للضعفاء و الأقوياء ، و الشباب و المسنين ، ولكلا الجنسين ، وللطريقة السويدية هدفين أساسيين ، الأول تربوي ، والثاني طبي .

فالتمارين التربوية موجهة للأشخاص الأصحاء من رجال و نساء ، و التمارين الطبية موجهة لمعالجة بعض الأمراض و إزالة بعض التشوهات ، وهذه الطريقة علمية تعتمد على التشريح و وظائف الأعضاء .

4-الطريقة الطبيعية :

مبتكر هذه الطريقة هو الملازم "بورجهيرت" و تتفق مع طريقة اموروس في عدة نقاط ، وترمي هذه الطريقة إلى تقوية سائر أجزاء الجسم ، و الحركات التي تعتمد عليها هذه الطريقة هي حركات طبيعية ، وهي بعيدة كل البعد عن التمارين الرياضية ، إذ تقوم على حركات الفلاحين و العمال ، وبالتالي تعتمد على الحركات الطبيعية³

5-الطريقة الجمالية :

² - مرجع نفسه ،ص 50.

³ - نافع سفيان ،مرجع سابق ،ص 51.

وصاحب هذه الطريقة هو " السيد دامني " ، وتتألف من حركات تامة متتابعة و دائرية ، تجرى بمصاحبة الكمان والبيانو ، وهي مستمدة من الرياضة اليونانية التي ترمي للقيام بحركات متناسقة ، وهي لا تتصف بالقوة والشدة ،

بل بالليونة و اللطافة و الجمال .

