



محاضرة رقم : 05 الأهداف العامة والخاصة للتربية البدنية والرياضية :

الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية :

لقد عرفت منذ عصور قديمة أشكال متعددة للرياضة استعملها الإنسان كتقوية لعضلاته ، وحفاظا على صحته وبنيته ، أخذها بعدة أشكال كاللعب والمبارزة والفروسية والسباقات وغيرها لأنه أدرك إن ثمة منفعة كبيرة تعدت حدود اللياقة والصحة إلى جوانب أخرى نفسية لترقيته اجتماعيا وزيادة التواصل بعلاقاته الاجتماعية . ويمكن توضيح الأهداف العامة للتربية البدنية- والرياضية في المجالات الآتية :

أ - تنمية القدرات والمهارات الحركية :

يعتبر الاعتناء بالمهارات الحركية وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة ، أحد أهم الجوانب التي يولمها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا، فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية و الحركية، كالقوة و السرعة ، والرشاقة والتحمل والمرونة ، وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية ، ويعتبر المطلب الأساسي الذي يجب تحقيقه في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية .¹⁴

فالتربية البدنية والرياضية تهتم في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال اكتسابه للياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف الأجهزة البيولوجية للإنسان على القيام بواجباته الحياتية

ومن خلال الأنشطة الرياضية يكتسب الفرد عناصر اللياقة البدنية بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز العضلي والتنفسي والسعة الحيوية ، وجميع الأجهزة الوظيفية الأخرى ، وهذا يستطيع الإنسان إن يقوم بأعماله دون مشاكل صحية .

فمدرس التربية البدنية والرياضية يقترح التمارين والنشاطات التي تتلاءم والفترة السنية أو المرحلة العمرية التي هو بصدد التعامل معها حتى لا يكون لهذه التمارين الأثر العكسي ، فهدفه



الأول هو تطوير إمكانات الأجهزة الوظيفية كالقلب والرئتان والعضلات كي يكون جسم التلميذ سليماً بشكل ملموس ويؤكد حدوث التقدم في القدرات البدنية والحركية¹⁵.

فأستاذ التربية البدنية والرياضية يحاول أن يكسب التلميذ سلوكيات حركية منسقة وملائمة مع المحيط في كل الوضعيات الطبيعية أو في الوضعيات الأكثر تعقيداً ذات صبغة مفيدة ومسلية.

ب- التنمية الاجتماعية :

تعتبر التربية البدنية والرياضية أسهل وسيلة للدعوة إلى الإخاء ، وأقوى وسيلة ليتعارف الناس على بعضهم ، فمن خلال أوجه نشاطاتها العديدة تساعد على فهم العلاقات الاجتماعية والتكيف معها ، فمعظم هذه الأنشطة التي تنجز بشكل جماعي تجعلها التربية البدنية أحد أهم المواد التربوية.

التي يمكن أن تحقق تنشئة سوية للتلميذ "فهي تتسم بثناء المناخ الاجتماعي ، ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة عدداً كبيراً من القيم والخبرات والخصال الاجتماعية المرغوبة¹⁶.

ولعل أهم مظاهر التفاعل الاجتماعي ايجابية والتي يجب الاعتراف بها وتنميتها هي التعاون والمنافسة حيث يعتبران صفات الشخصية الجيدة والمتزنة ، والرياضية تسهم بشكل واقعي في خلق الشعور بالوحدة الجماعية والشعور بالانتماء للجماعة¹⁷.

كما تلعب التربية البدنية والرياضية دوراً فعالاً في تسهيل اندماج الفرد في الجماعة بالتالي سرعة تكيفه مع متطلباتها وقيمها ، ولعل الوسط الأمثل الذي تتمكن التربية البدنية من خلاله تحقيق ما ذكر سابقاً هو الوسط التربوي ، حيث يعتبر أكبر تجمع يلتقي فيه جميع أبناء المجتمع ليكونوا تلاميذ اليوم وطلبة الغد ، ومواطنو المستقبل .

وهي وسيلة تربوية وليست غاية في حد ذاتها ، حيث تسمح بتطوير سلوكيات التلميذ في مظاهره المعرفية ، الحركية والاجتماعية ، وتعتبر الفضاء المبجل للحفاظ على الصحة والوقاية من الأخطار الناجمة عن الآفات الاجتماعية ، كما تساهم في الحفاظ على البيئة والتطلع على الآفاق المستقبلية



، كما أن هذه النشاطات تمارس بالطرق النشيطة ، فتسمح بالاندماج الاجتماعي وتطوير طاقات التلميذ المخزنة ، وتراعي رغباته المتزايدة ، عملا بمبدأ التعاون والتضامن بين التلاميذ . وبذلك فهي - التربية البدنية والرياضية - تحفز التلميذ على الشعور بالمسؤولية ، والتصرفات التي تخدم الصالح العام ، عملا بتطوير السلامة الحركية ، تنمية الذكاء ، وقدرات الإدراك ، ومراقبة نزواته وانفعالاته وتحدي المواجهة بدون تردد ، كل هذا يؤهله لبناء شخصيته المستقبلية¹⁸ .

فكان من الضرورة بما كان إدماج التربية البدنية والرياضية كمادة تربوية لها أهدافها وأسسها وخصائصها باعتبارها مجموعة من التعليمات البيداغوجية لها أبعاد تربوية ، بحيث تؤثر في نمو الفرد من جوانبه النفسية والحركية ، الوجدانية والمعرفية ، وتتحقق عن طريق النشاطات البدنية والرياضية ، وكذا الألعاب الهادفة والمتقنة ، وبذلك يكون لها دور تساهمي مثل بقية المواد التعليمية

، حيث تمكن من التعاون في القدرات البدنية والمعرفية ، والتأكيد على الذات في إطار تكوين منسجم ، وتوازن بين المجالات الحيوية المقترحة .

ج - تنمية القدرات المعرفية :

مما لاشك فيه أن النشاط البدني والرياضي يعزز نمو الجانب المعرفي ، فالتربية البدنية والرياضية تساعد التلميذ على تحسين قدراته الإدراكية ، والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية¹⁹ ، 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 الأبعاد المعرفية للنشاط تنمي للفرد المعرفة والفهم والتخيل والتركيز والقدرات والمهارات الذهنية التي تساعده على التصور والإبداع²⁰ .

د - تنمية الناحية النفسية :

أما أهمية التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية ، فلقد بينت الدراسات السيكلوجية أنها تلعب دورا بارزا في الصحة النفسية ، وعنصرها هاما بتكوين الشخصية الناضجة السوية كما



أنها تعالج كثيرا من الانحرافات النفسية بغرض تحقيق التوازن النفسي ، كما أنها تربي الطفل على الجرأة والشجاعة والثقة بالنفس والصبر والتحمل ، وعند الانخراط في فريق رياضي تنمو عنده روح الطاعة والإخلاص للجماعة ، والعمل داخل الفوج ، وتحارب فيه الأنانية ، وبذلك تكون التمرينات البدنية عاملا فعالا في تربية الشعور الاجتماعي .

أما الدكتور أمين أنور الخولي ، فبين أنت اللعب ينمي عند الطفل قابلية التدرج والسيطرة على البيئة المحيطة به . إن اكتساب الإحساس بالسيادة في اللعب من خلال التعلم ينتج له أن يتوقع نتائج معينة سببها سلوكه فغي اللعب ، حيث يتجرد بذاته ويتبنى بسلوكه الحسي الأساسي ، ويتجرد من القيود المفروضة عليه حيث إذا انخرط في مستوى أرفع من اللعب يحقق ذاته بذاته من خلال الألعاب ، وهكذا تتم نفس الآليات عندما يرقى لعبه إلى مستوى المنافسة الرياضية ، وأيضا عندما يتخرج من عالمه الصغير (الملعب) إلى عالمه الكبير وهو حياته الاجتماعية²¹ .

- الأهداف الخاصة للتربية البدنية والرياضية:

تكتسب التربية البدنية والرياضية قيما بدنية وعقلية واجتماعية لا تتحقق بمجرد اشتراك التلاميذ في اللعب، بل تتطلب توجهات خاصة مثل الانتباه للحصة والتنظيم مع العمل الجماعي، وهذا لتسهيل عملية اكتساب التلاميذ القدرات البدنية والمهارات الحركية في إزالة الحركات الزائدة غير المتغيرة، واكتساب الدقة بتركيز الانتباه والسرعة والدقة في الأداء.²²

أ- الأهداف الصحية :

يركز الأطباء على الأهمية الصحية للتربية البدنية والرياضية ، فالمقدرة الحركية التي يحصل عليها التلميذ في صغره تعد من الضروريات الصحية الأساسية لتطوير نموه ، وكذلك تطوير القدرة العملية والرياضية.²³

ب- الأهداف التربوية والاجتماعية :

تكون التوعية عن طريق الشعور والإحساس والإيمان القوي تجنبنا لأي اضطرابات، لذلك يلزم وضع برامج في التربية البدنية والرياضية تخدم قابليات التلميذ وتعمل على تطويرها من الناحية البدنية



والنفسية، وتنمية المهارات الحركية ، والاهم من ذلك هو تطوير الجهاز العصبي المركزي ، والذي يعني عدة قدرات ووظائف منها الأداء و التصور و التخيل و الانتباه.

بالإضافة إلى أن هناك أهداف خاصة للتربية البدنية و الرياضية في الجزائر ، تهدف المنظومة الوطنية للتربية البدنية على الخصوص إلى المساهمة في :

- فتح شخصية المواطن بدنيا و فكريا .
 - المحافظة على الصحة و تطوير الكفاءات التفاعلية .
 - تجنيد المواطنين و تدعيم الكفاءات الدفاعية .
 - تحقيق مثل التقارب و التضامن و الصداقة ، و السلم بين الشعوب .
- التطوير المستمر لمستوى النخبة قصد ضمان التمثيل المشرف للبلاد على الساحة الرياضية .