



كلية التربية الرياضية
قسم المناهج وطرق تدريس
التربية الرياضية

التربية الرياضية والمعسكرات لطالبات الفرقة الثانية شعبة الطفولة

اعداد

أ. د/ عماد أبوالقاسم محمد على

أستاذ ورئيس قسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

عميد كلية التربية الرياضية بقنا سابقا

٢٠٢٢ - ٢٠٢٣ م

رؤية برنامج إعداد معلمة رياض الأطفال (بكالوريوس الطفولة والتربية)

(معلمة رياض أطفال متميزة في مجال التعليم والتعلم والبحث العلمي التربوي بما يخدم المجتمع محلياً وإقليمياً)

رسالة برنامج إعداد معلمة رياض الأطفال (بكالوريوس الطفولة والتربية)

(يقدم برنامج إعداد معلمة رياض الأطفال بكلية التربية بقنا ، خريجة متميزة أكاديمياً وبحثياً ومهنيًا ، ومؤهلة لتلبية احتياجات سوق العمل

محلياً و إقليمياً، وقادرة على خدمة المجتمع بما يسهم في تحقيق التنمية المستدامة)

أهداف برنامج إعداد معلمة رياض الأطفال (بكالوريوس الطفولة والتربية)

يهدف البرنامج إلى:

- ١ - توفير بيئة تعليم وتعلم تسمح بإعداد خريجة متميزة أكاديمياً وبحثياً ومهنيًا وقادرة على توظيف تكنولوجيا المعلومات في مجال عملها .
- ٢ - تقديم خدمات تعليم وتعلم قائمة على احتياجات سوق العمل .
- ٣ - الشراكة المجتمعية الفاعلة بما يسهم في تحقيق التنمية المستدامة .
- ٤ - تطوير المحتوى العلمي للبرنامج باستخدام التقنيات الحديثة .
- ٥ - إعداد الدراسات والبحوث التربوية في مجال تربية الطفل بما يخدم المجتمع .
- ٦ - تنمية مهارات معلمة رياض الأطفال في البحث والاستقصاء والحصول على المعلومات من مصادرها المتعددة لحل المشكلات المهنية والعلمية برياض الأطفال .
- ٧ - إعداد معلمة لديها القدرة على التمكن من طرق التواصل التربوي بين المؤسسة التعليمية والأسرة لمساعدة الطفل وراعيته .
- ٨ - التقييم الذاتي والتحسين المستمر لمستويات جودة الأداء بالبرنامج وتأهيله للاعتماد .

السمات المميزة لبرنامج إعداد معلمة رياض الأطفال (بكالوريوس الطفولة والتربية)

- ١ - الحصول على مشروع دعم وتطوير الفاعلية التعليمية (الدورة السادسة).
- ٢ - يخدم البرنامج موقعاً جغرافياً كبيراً يغطي محافظتي قنا والأقصر .
- ٣ - حاجة سوق العمل الماسة لمعلمة رياض الأطفال المتخصصة .
- ٤ - توافر الكوادر البشرية المتخصصة من ذوي الكفاءة بالبرنامج .
- ٥ - تقديم بيئة تعليمية مميزة من حيث القاعات والمعامل المجهزة .
- ٦ - زيادة أعداد الطالبات اللاتي يلتحقن بالبرنامج .

الفصل الأول

مفهوم التربية الرياضية

* أطلق علي التربية الرياضية وقت ظهورها بالمدرسة مصطلح التدريب البدني physical Training وقد استخدم هذا المصطلح فى البرامج المدرسية للدلالة على النشاط البدني ، كما استخدم هذا المصطلح منذ الحرب العالمية الثانية للدلالة على البرنامج الكلى للياقة البدنية الذي تطبقه القوات المسلحة فى إعداد أفرادها للقيام بواجبهم نحو الدفاع عن الوطن مما جعل هذا المفهوم مرتبط بالناحية الحربية ، ولكن فيما بعد أصبح هذا التعبير غير لائق الآن لوصف برامج التربية الرياضية الحديثة فى المدارس فقد استبدل هذا المفهوم بمصطلح التربية البدنية Physical Education مما جعل هذا المصطلح يأخذ معنى جديداً لارتباط البدن بالتربية و بالتالي أصبح مصطلح التربية البدنية يدل على أن النشاط البدني يخدم التربية فى مجال أوسع بكثير من اصطلاح التدريب البدني فبرنامج التربية البدنية أصبح ليس مجرد تدريبات تؤدى عند صدور الأوامر ، بل أصبح يمارس تحت إشراف قيادة مؤهلة تساعد على جعل حياة الفرد أكثر سعادة وبهجة وحيوية .

* وقد أدت التغيرات الفكرية التى ظهرت فى مجال علم النفس إلى تغيير جوهرى فى مفهوم التربية البدنية ، فلم تصبح تربية البدن فحسب بل جاوزت حدود الجسم لتشمل أفاقاً الفكر و الإدراك والاحساسات والانفعالات والدوافع والميول ، فصارت تربية للفرد ككل ، وبذلك اهتمت بالجوانب البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية .

* والتطرق إلى دراسة مفهوم التربية الرياضية يعد أمراً حيوياً وهاماً ، وخاصة أن مدى إتقان خبراء التربية الرياضية حول مفهومها يعد بمثابة انطلاقة ضرورية للدراسة والبحث، وفيما يلي عرض لأراء رواد التربية الرياضية حول مفهوم التربية الرياضية :

** فيعرف " تشارلز بيوكر " التربية الرياضية بأنها : " جزء متكامل من التربية العامة ، هدفه تكوين الفرد اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني التى اختيرت بغرض تحقيق هذه الأغراض " .

** كما عرف " حسن معوض " التربية الرياضية بأنها : " ذلك الجانب المتكامل من التربية الذي يعمل على تنمية الفرد وتكيفه جسمانياً وعقلياً و اجتماعياً ووجدانياً عن طريق الأنشطة البدنية المختارة التى تمارس تحت إشراف قيادة صالحة لتحقيق أسمى القيم الإنسانية .

** ويعرف المجلس الأعلى لرعاية الشباب والتربية الرياضية بأنها : إحدى وسائل التربية التى تستخدم النشاط البدني ذلك النشاط الذي يختاره المربون والقادة ليمارسه الأطفال والفتيان والشباب وذلك لقيمته فى النمو العضوي والوظيفي للإنسان وما يحدثه من تأثير على سلوكهم الاجتماعي كمواطن نافع لنفسه ولمجتمعه .

** كما أشارت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية إلى التربية الرياضية بأنها : " هى المادة التى يتعلم فيها الأطفال ليتحركوا ويتحركوا ليتعلموا " .

* ويمكن تفسير مفهوم التربية الرياضية فى النقاط التالية :

- التربية الرياضية عملية تربوية تهدف إلى إعداد الفرد للحياة من خلال تنمية كافة النواحي البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية كما تنظر للفرد كوحدة متكاملة فى ضوء التربية الحديثة .
- تسعى التربية الرياضية من خلال برامجها إلى تحقيق أهدافها فهذه الأهداف هى التى توجه البرنامج إلى الطريق الذى يجب أن يسلكه حتى يحقق الغاية المرجوة منه والتى تتحدد فى تحقيق النمو المتكامل المتزن للفرد .
- الأنشطة الرياضية التى تمارس تحت إشراف قيادة مؤهلة تساعد على تحقيق أهداف برامج التربية الرياضية مما يجعلها قادرة على تحسين الأداء وتعديل السلوك .

* أهمية التربية الرياضية :

أصبحت الحاجة ماسة إلى التربية البدنية كجزء مكمل للحياة المتزنة فى هذا العصر الذى يسمى بعصر التكنولوجيا حيث أصبح الإنسان يحيا حياة خاملة تخلو من الحركة والنشاط فأحياناً يكتفى بالمشاهدة بدلاً من الممارسة ، ومن هنا وجب على المسؤولين عن التربية الرياضية تفسير مهنتهم للجماهير بحيث تؤكد على إنها ليست هدف فى حد ذاتها ولكنها وسيلة لحياة أفضل وأكثر سعادة وإنتاجية .

والتربية الرياضية لها دور أساسي هام فى معالجة وحل العديد من المشكلات الموجودة فى المجتمع منها :

* التربية الرياضية والانحراف :

لم تخلو المجتمعات فى بلدان العالم من وجود بعض الفئات التى تحاول الإخلال بمجتمعاتها والإضرار باقتصاديات تلك المجتمعات من خلال قيامها ببعض الأعمال الشاذة كالسرقة والسطو والتزوير والاختلاس والإدمان ، فقد لوحظ فى الآونة الأخيرة أن معظم من يقومون بتلك الأعمال الشاذة من بين الأحداث الذين تقل أعمارهم عن سن العشرين ، ويتضح من خلال ذلك أن الأسباب الرئيسية للانحراف الأحداث هى :

١. حاجتهم إلى شئ ما يقومون به .
٢. حاجتهم إلى الإثارة والمغامرة .
٣. الانتماء لجماعة معينة .
٤. حاجتهم إلى متنفس طبيعي لاستخراج طاقاتهم الكامنة .

ولكن إذا توفرت القيادة المؤهلة والإمكانات اللازمة للاشتراك فى أوجه النشاط البدني المختلفة أمكن من خلال التوجيه والإرشاد المناسب توجيه الشباب لاختيار الوسيلة المناسبة لقضاء وقت الفراغ وذلك من خلال ممارسته لبعض الأنشطة الرياضية التى تشبع حاجته للانتماء وتوجيه طاقاته الكامنة لتحقيق أهداف تخدم الشباب والمجتمع .

* التربية الرياضية والتوتر العصبي :

يختلف الأفراد فيما بينهم من حيث الانفعالات والمشاعر والأحاسيس كما يجد الفرد صعوبة فى محاولة التكيف مع المجتمع وملاحقة السرعة الفائقة التى تسير بها الحياة العصرية ، كما يجد صعوبة أيضاً فى محاولة تحرير نفسه من الكراهية والقلق والخوف من المستقبل وكذلك يجد صعوبة حتى يستمتع بالهدوء ، فالإنسان فى صراع دائم ، للنقد فى عمله حيث أنه دائم التطلع إلى حياة أفضل ، فهو يجاهد للحصول على كل هذه الأشياء تحت ضغط عصبي مستمر ثم

يصل في النهاية التي لا رجوع فيها ، ولكن باستطاعة الفرد من خلال ممارسة أنشطة التربية الرياضية أن يتخلص من كل تلك الضغوط فإن تحقيق الانتصارات أثناء المنافسات وإحراز الجوائز المختلفة يعطى الفرد فرصة للتخلص من التوترات التي يتعرض فيها والتي تضغط عليه طوال اليوم عن طريق ممارسته لهذا النشاط .

* التربية الرياضية والتحصيل الدراسي :

لقد سادت بعض المجتمعات فكرة خاطئة أن ممارسة النشاط الرياضي تعوق الفرد وتحد من قدرته على التحصيل الدراسي ، ولكن أثبتت العديد من الدراسات التي أجريت في هذا المجال عن علاقة التربية الرياضية بالتحصيل الدراسي أن الممارسة الرياضية لا تقلل من نسبة نجاح الطلاب في مختلف السنوات الدراسية ، بل أن ممارسة النشاط الرياضي تزيد من قدرة الفرد على التحصيل في حالة تنظيم الوقت المتوفر لديه في ممارسة الأنشطة التي تتناسب مع قدراته وميوله .

* العوامل التي تساعد التربية الرياضية على تحقيق أغراضها:

- ١- مراعاة عوامل الأمن والسلامة .
- ٢- التخطيط العلمي للبرامج الرياضية .
- ٣- تنمية العلاقات الاجتماعية وترقية الخلق .
- ٤- الاهتمام بوضع برامج للفئات الخاصة من المجتمع .
- ٥- إجراء الكشف الطبي الدوري على المشتركين في البرامج .
- ٦- أن تعمل البرامج على تحقيق الاتزان الانفعالي والنمو العقلي .
- ٧- التأهيل المهني الجيد للتربويين المتخصصين في المجال الرياضي .
- ٨- أن تعمل البرامج على اكتساب اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية .
- ٩- أن تشمل البرامج على أنشطة رياضية متنوعة لإتاحة الفرصة لكل فرد للمشاركة في الأنشطة بما يتناسب مع ميوله وقدراته ومرحلته السنية .

* علاقة التربية الرياضية بالتربية الصحية :

تعرف التربية الصحية بأنها ذلك العلم الذي يهتم بحالة الجسم العامة وذلك من أجل تكامل الفرد من النواحي البدنية والنفسية والعقلية وتحقيق النمو المتزن له ، فالصحة ليست خلو الجسم من الأمراض فحسب ولكنها التكامل البدني والنفسي العقلي والاجتماعي .

" وبالنظر إلى هذا التعريف للتربية الصحية نجد أنه يتفق تماماً مع مفهوم التربية الرياضية مما يؤكد على العلاقة الوثيقة بينهما " ، فكل منهما يعمل على تحقيق النمو المتكامل المتزن للفرد .

. تأثير أنشطة التربية الرياضية على الأجهزة الحيوية :

- تأخر ظهور التعب .
- تنمية المهارات الحركية .
- اكتساب القوام المعتدل .
- اكتساب التوقيت الحركي .

- الإقلال من احتمال الإصابة •
- معالجة بعض انحرافات القوام •
- تحقيق انسيابية الحركة (آلية الحركة) •
- زيادة مرونة المفاصل وتقوية العضلات •
- زيادة مرونة المفاصل وتقوية العضلات •
- زيادة مرونة المفاصل وتقوية العضلات •
- زيادة السعة الحيوية وقلّة عدد مرات التنفس فى الدقيقة •

* التربية الرياضية والصناعة :

نظراً للتقدم الحالي فى الإنتاج واستخدام الآلات الصناعية الثقيلة أصبح للعامل دوراً أساسياً فى هذا المجال فمن الطبيعي أن عملية الإنتاج تتطلب عمالاً أقوياء وأصحاء ، وهذا يعنى أن العامل يجب أن يتمتع بقدرات بدنية وصحية ، ومن هنا تتضح أهمية التربية الرياضية فى مجال الإنتاج حيث أصبحت من ضروريات عملية الإنتاج •

* التربية الرياضية والدفاع عن الوطن :

التدريب الرياضي له أهمية كبيرة بالنسبة للدفاع عن الوطن فالجندي المدرب تدريباً جيداً يكون أقدر على حمل سلاحه وخاصة الأسلحة الثقيلة منها بالإضافة إلى ما تتطلبه المعارك من كبر ، وفر ، وهذا أتضح جلياً فى حرب أكتوبر وخاصة فى عمليات العبور بالقوارب المطاطية ، وتسلق الساتر الترابي •

كما أن حماية الوطن ليست قاصرة على قواتنا المسلحة وإنما هى واجب وطني على كل فرد من أفراد الشعب ، وكي يتحقق هذا الواجب لابد من إكساب الأفراد القدرات البدنية المطلوبة للدفاع عن الوطن فى أي وقت بالإضافة إلى تطوير هذه القدرات لتجعلهم على أهمية الاستعداد لأداء هذا الواجب الوطني •

* التعليم والتربية الرياضية :

يرتبط التعليم بالمجالات المختلفة للمجتمع من خلال وظيفته الأساسية وهى إعداد وبناء رجال المستقبل من الشباب للعمل الخلاق المنتج ، ونظراً لتطور احتياجات المجتمع الحالية فقد نشأت ضرورة تطوير المناهج الدراسية المختلفة والتي يقع ضمنها مناهج التربية الرياضية وبذلك أصبحت التربية جزءاً هاماً من نظام التعليم ومن هنا كان واجب مدرس التربية الرياضية هو إعداد الأفراد لممارسة الرياضة على أساس تربوي عن طريق درس التربية الرياضية والنشاط الداخلي والخارجي •

* التربية الرياضية والثقافية :

تعد التربية الرياضية والرياضة جزءاً مكملاً للثقافة الاجتماعية ، فعلى سبيل المثال من خلال ثقافة الإنسان الصحية تقوده أو تدفعه تلقائياً إلى ممارسة النشاط الرياضي لما لها من دور فعال فى الارتقاء بالنواحي الصحية •

* تأثير النشاط الحركي والبدني على الأجهزة الحيوية فى جسم الإنسان :

لقد اصبح من الأهمية أن يتفهم العاملون فى مجال التربية الرياضية والتدريب ما يحدث داخل أجسامنا من وظائف تقوم بها الأجهزة الحيوية كالقلب والرئتان والغدد الصماء وغيرها من الأجهزة سواء أثناء الراحة أو التدريب وتأثيره

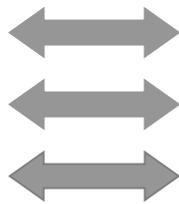
على حيوية ونشاط هذه الأجهزة خاصة بعد التقدم العلمي السريع وما طرأ على حياة الناس ومفاهيمهم ونظرتهم نحو الرياضة وأهميتها ليس فقط في مجال البطولة بل كوسيلة لاكتساب الصحة والوقاية من الأمراض مما جعل الرياضة ضرورة من ضروريات الحياة لكل مواطن في جميع مراحل النمو المختلفة .

* الجهاز العضلي :

تشكل العضلات حوالي ٤٠ - ٥٠ % من وزن الجسم ، كما يحتوى الجسم على أكثر من ٦٠٠ عضلة ، فعند انقباض تلك العضلات فإنها تؤثر في حركة الجسم ، وهذا يظهر عند حركة الجسم أو عضو منه ، كما أنها تؤثر في العمليات الحيوية كحركة الدورة الدموية والتنفس والهضم وغيرها .

* أنواع العضلات :

هناك ثلاث أنواع من العضلات وهم :-



- ١- عضلة القلب .
 - ٢- العضلات الناعمة .
 - ٣- العضلات المخططة .
- لا إرادية العمل .
- لا إرادية العمل .
- إرادية العمل .

أولا - عضلة القلب :

معظم القلب يتكون من عضلة تسمى طبيا " ميوكارديوم Myocardium وهذه العضلة توجد بين طبقتين رقيقتين من النسيج الضام ، الطبقة الخارجية تسمى " ابيكارديوم Epicardium " والطبقة الداخلية تسمى " اندوكارديوم Endocardium " ويتوقف سمك عضلة القلب على نوع العمل الذي تقوم به فعلى سبيل المثال فإن جدران البطين الأيسر العضلي يكون أكثر سمكا من مثيلتها بالبطين الأيمن لأن كمية العمل بالبطين الأيسر أكبر بحوالي خمسة مرات عن كمية العمل الذي يقوم بها البطين الأيمن .

والقلب عضو عضلي أجوف مخروطي الشكل وهو في حجم قبضة اليد تقريبا فهو في الشخص البالغ العادي يكون طول القلب حوالي ١٢ سم وسمكه من الأمام للخلف ٦ سم ويزن حوالي ٣٠٠ جم كما يغلفه كيس ليفي مبطن بغشاء أملس ناعم يعرف بغشاء " التامور " كي يحميه من الالتهابات الميكروبية .

ثانيا : - العضلات الناعمة :

وهي توجد بالجهاز الهضمي وبعض الأجهزة الداخلية مثل المثانة البولية والأوعية الدموية وهي عضلات لا إرادية أي يتحكم في عملها الجهاز العصبي دون إرادة منا .

ثالثا : العضلات المخططة أو الهيكلية :

وهذه العضلات هي المسئولة عن حركة الجسم وهي عضلات إرادية أي تتم حركتها وفقا لرغبة الإنسان في معظم الأحيان عن طريق الجهاز العصبي الإرادي ، كما تعرف بالعضلات الهيكلية لأنها تغطي الهيكل العظمي وتعطي الجسم شكله أو هيكله ، كما تسمى بالعضلات المخططة نظرا لطبيعة تركيبها الداخلي فعند فحصها تحت المجهر نجد أنها تتكون من خطوط داكنة وفاتحة على التوالي .

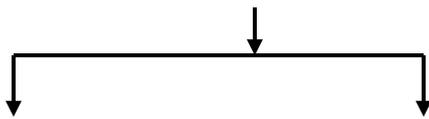
ولكل عضلة طرفان هما البداية والنهاية أما البداية فتعرف " بوتر المنشأ " والنهاية تعرف " بوتر الاندغام " وهذه الأوتار قد تكون قصيرة أو طويلة وهي ليفية التركيب تتكون من نسيج ضام قوى يعمل على تثبيت العضلة في مكانها ، يتصل المنشأ عادة بأحد العظام ليمسك بها بينما يتصل الاندغام بعظمة أخرى يشد عليها ليحركها بواسطة انقباض العضلة .

* الألياف العضلية :

تتكون العضلة المخططة من ألياف رقيقة على شكل حزم داكنة وفاتحة على التوالي ، كل ليفة تتكون من عدد من الخلايا الأسطوانية الرقيقة يصل طول الليفة إلي حوالي ٣٠ سم وقطرها يتراوح إلي ما بين ٠.١ - ١ مم كما توجد الألياف العضلية كل ٠.٠ لفافة رقيقة من النسيج الضام تسمى لفافة الحزمة العضلية وكل مجموعة من تكون حزمة اكبر وكل هذه الحزم تضم مع بعضها بلفافة من النسيج الضام المجموعات معا لتكون العضلة نفسها .

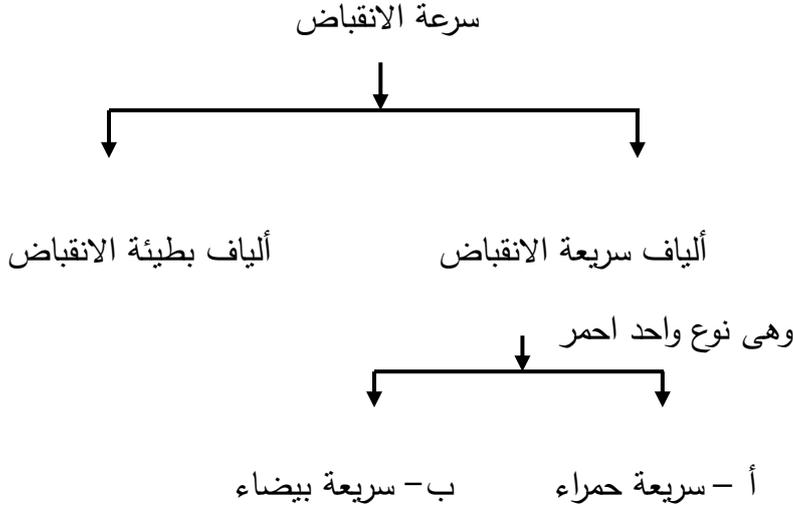
* أنواع الألياف العضلية :

الألياف العضلية من حيث اللون



- ألياف حمراء وهي نوعان
- ألياف حمراء سريعة الانقباض
- حمراء بطيئة الانقباض
- ألياف بيضاء
- وهي نوع واحد سريع الانقباض

الألياف العضلية من حيث السرعة



* وفيما يلي توضيح لخصائص ووظائف كل نوع من هذه الأنواع :

١ - الألياف البطيئة الحمراء :

وهي ذات سرعة منخفضة تحتوي على عدد كبير من " الميتاكوندريا " (وهي بيوت الطاقة بالخلية) وهي عادة تستعمل الدهون كطاقة لانقباضاتها ولا يصيبها التعب بسرعة لذا فإن قدرتها على العمل العضلي المستمر تجعلها صالحة للوظائف اللازمة للمحافظة على القوام أو الأعمال التي تتطلب تحملا عاليا .

٢ - الألياف السريعة الحمراء :

وهي عضلات ذات زمن انقباض قصير لها نشاط عالي لإنزيمات التأكسد وتحتوي أيضا على العديد من الميتاكوندريا ولها قدرة على مقاومة التعب وهذه خصائص تجعلها نموذجية للانقباض العضلي المستمر وإن كان قصير المدى مثل عضلة الحجاب الحاجز .

٣ - الألياف السريعة البيضاء :

وتحتوي على عدد قليل من الميتاكوندريا ومن ثم يلحق بها التعب بعد وقت قصير لذا فإنها مهيأة للأعمال ذات الانقباض العضلي القصير المدى كالعدو السريع وتعتمد علي استغلالها للسكريات كمصدر للطاقة .

٤ - التحكم في الحركة :

يتحكم في حركة الجسم ومن ثم انقباض العضلات الجهاز العصبي حيث تصل الإشارة العصبية إلي المجموعات العضلية من الحبل الشوكي أو من المخ وفقا لنوع وصعوبة الحركة فإذا كان الشخص مدربا على أداء حركة معينة أو مجموعة من الحركات فإن الإشارات العصبية تأتي من الحبل الشوكي دون الرجوع إلي المخ ، أما إذا كانت الحركة معقدة والشخص غير مدرب على أدائها فإن الأمر يحتاج إلي تدخل المركز الأعلى بالمخ .

. التعب العضلي :

يعتبر التعب العضلي من أهم المشكلات التي تواجه الرياضيين في جميع الأنشطة الرياضية وكذلك في أعمال الحياة اليومية الشاقة ولكن سوف نقوم بالتركيز على الجانب الرياضي وذلك لأنه يصل المعوق الأساسي للأداء البدني وقد حاول القائمون على العمل بالمجال الرياضي جاهدين في سبيل معرفة معلومات عن التعب العضلي وكيفية التغلب عليه وذلك لتحسين الأداء الرياضي .

وقد عرف " فاروق عبد الوهاب " أن التعب قد يرجع إلي تعب العضلات العاملة بالإضافة إلي عوامل أخرى مثل هبوط مستوى الجلوكوز في الدم ، نقص الماء أو نقص الأملاح المعدنية أو ارتفاع درجة الحرارة أو عوامل نفسية أخرى .

كما يرجع التعب إلي استهلاك مصادر الطاقة حيث أن من المعروف زيادة تجمع حامض الاكتيك الناتج عن الجلوكز ألا هوائية يؤدي إلي حدوث التعب ولذلك فإن الاستشفاء الكامل من التعب يتم إذا ما تخلص الجسم من هذا الحامض الزائد في العضلات .

وبالنسبة لسرعة التخلص من حامض الاكتيك يمكن أداء تمارين بدنية خفيفة خلال فترة الاستشفاء وتسمى بتمارين التهدئة وقد وجد أن افضل شدة لأداء هذه التمارين حينما تكون حوالي ما بين ٥٠ - ٦٠ % من الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين .

* الإجراءات التي تتبع للتغلب على ظاهرة التعب البدني :

١- تغيير اتجاه الحمل أي نقوم بإعطاء تمارين ذراعين ثم بعدها تمارين جذع وبعد ذلك نعود إلي تمارين الذراعين مرة أخرى وهكذا .

٢- عدم زيادة الجرعة التدريبية إلا بعد مرور الفترة المحددة لها حتى ولو تعارض هذا مع رغبة الطفل ، وذلك لأن زيادة الجرعة التدريبية قبل إتمام عملية التكيف وتثبيتها تأتي بآثار غير مرغوبة .

٣- مراعاة التغذية السليمة والمتنوعة من حيث احتوائها على الفيتامينات مع مراعاة تناسب كمية هذه التغذية مع المرحلة السنوية بمعنى أن الطفل في دور المراهقة يحتاج إلي كمية أكبر من الغذاء لزيادة عمليات البناء داخل الجسم .

* الإجراءات التي تتبع للتغلب على ظاهرة التعب العصبي :

يحدث التعب العصبي نتيجة لتعليم المهارات المركبة أو الصعبة

١- يجب مراعاة المرحلة السنوية بمعنى أن تكون جرعات النشاط أو التمارين المعطاة مناسبة لسن الطفل من حيث الصعوبة والتركيب حيث أن هذا يتطلب تركيزا عاليا من الطفل مما يعرضه للإجهاد العصبي .

٢- مراعاة أن تكون ملابس الطفل مناسبة ومريحة ولا تسبب له قلقا نتيجة الضيق أو الاتساع الزائد .

٣- عرض الطفل على الطبيب المختص فور أحسا سه بألم معين في أحد أجزاء جسمه حتى يمكننا تفادي عمليات التعب العصبي عند الأطفال .

* الإجراءات التي تتبع للتغلب على ظاهرة التعب النفسي :

قد يكون التعب النفسي انعكاسا لأي نوع من أنواع التعب السابقة أو هي مجتمعة وقد يكون لظروف معيشية أو بيئية ، وكثيرا ما يخلط أولياء الأمور بين التعب النفسي وأنواع التعب الأخرى ، وهذا مما يؤدي إلي صعوبة التخلص من هذه الظاهرة .

١- اشتراك الأطفال في الأندية الرياضية عملية هامة لإحداث عمليات الاتزان النفسي لدى الطفل فنجاح الطفل في نشاط رياضي معين قد يعوض فشله في منحنى آخر قد صادفه في حياته .

٢- إلحاق الأطفال بأحد الأنشطة التي تنظمها المدرسة ضمن النشاط الداخلي أو الخارجي كي يساعد الطفل في تنمية جوانبه الاجتماعية والنفسية والبدنية والتي تساعد الطفل على تكيفه داخل المجتمع خاصة وإن تكيف الطفل مع الجماعة التي يعيش معها تشعره بالرضا والسرور والسعادة والثقة بالنفس .

٣- العمل على إزالة أسباب أي نوع من أنواع التعب الأخرى والتي قد تكون سببا في أحداث التعب النفسي .

* الصدمة :

الصدمة هي حالة من الهبوط الشديد في الجهازين التنفسي والدوري نتيجة لتعرض الطفل لأحد الإصابات الغير متوقعة أو المفاجئة .

* الإجراءات التي تتبع للتغلب على الصدمة :

١- يرقد الطفل في مكان متجدد الهواء على ظهره مع رفع الرجلين لأعلى .

٢- تدفئة الطفل .

٣- التأكد من عدم وجود نزيف داخلي أو خارجي .

٤- العرض على طبيب مختص لإزالة أسباب الصدمة .

. تأخير ظهور التعب :

لقد لجأ الكثير من المدربين إلي وسائل ومنشطات ممنوعة ومحرمة دوليا لتأخير ظهور التعب وقد ثبت بالفعل أضرار هذه الوسائل على النواحي الصحية والنفسية والبدنية ومن هذه المواد :

١- العقاقير والهرمونات والكافيين .

٢- نقل الدم للاعب قبل المباريات بوقت قليل .

٣- المخدرات مثل المورفين .

٤- بعض المثبطات لتوسيع الأوعية الدموية .

* تأثير التدريب الرياضي على العضلات :

١- زيادة محتويات العضلة من الميوجلوبين .

٢- زيادة عدد وحجم الميتاكوندريا (بيت الطاقة) .

٣- زيادة قدرة العضلة على اختزان الجليكوجين .

٤- زيادة قدرة العضلة على استغلال الدهون .

٥- زيادة سمك العضلات وحجمها ووزنها .

* تأثير التدريب الرياضي على الدم :

١- التدريبات البدنية المستمرة ، خاصة تدريبات التحمل الدوري التنفسي مثل : الجري والسباحة لمسافات طويلة تزيد من حجم الدم بحوالي ٣٠ %

٢- التمرينات المنتظمة تساعد على زيادة معدل إنتاج كرات الدم الحمراء وكذلك يزيد التدريب نسب "الهيموجلوبين" بالعضلات وبذلك تزداد كفاءتها على حمل الأكسجين .

كرات الدم الحمراء

- عند الرجل ٢٥ مليون كره لكل ٣ مم^٣
- عند المرأة ٤.٥ مليون كره لكل ٣ مم^٣

٣- تزيد التمرينات من عدد كرات الدم البيضاء وهي تقدر بحوالي من ٥٠٠٠ إلى ١٠٠٠٠ كره لكل مم^٣ .

٤- يعمل التدريب الرياضي على قصر زمن تجلط الدم حيث يزداد بروتين التجلط بنسبة حوالي ٢٠ % ويستمر هذا الأثر لمدة ٨ ساعات عقب جرعة التمرينات المعطاة .

* تأثير النشاط البدني على القلب :

من حكمة الله سبحانه تعالى أن خلق القلب عضلة تقوى بالتدريب الرياضي وتضعف وتترهل ويصيبها التلف كلما ركن الفرد أو الإنسان للراحة والكسل وعدم الحركة .

وفيما يلي نلخص تأثير النشاط البدني على القلب كالتالي :

١- تحدث زيادة في اتساع حجرات القلب وبذلك يزداد حجم الدقة الواحدة .

٢- نتيجة لذلك فإن معدل دقات القلب أثناء الراحة ينخفض ويصل الفرق بين الفرد المدرب وغير المدرب إلي حوالي من ٢٠ - ٣٠ ألف دقة يوميا .

٣- نتيجة لذلك فإن الشرايين الناجية تغذى عضلة القلب بطريقة افضل مما لو كانت دقاته متلاحقة وبذلك تتحسن حالة القلب .

٤- تزداد قدره القلب على دفع المزيد من الدم كل دقيقة أثناء المجهود الرياضي فيصبح قادرا على بذل مزيد من الجهد بدقات قلب اقل .

** تعليق :

ما المقصود بدفع القلب ؟

أن كمية الدم بالجسم حوالي خمسة لترات في الشخص البالغ يضخها القلب من البطين الأيسر كل دقيقة ، ويمكن أن نحسب دفع القلب إذا عرفنا حقيقتين هما :

١- معدل دقات القلب .

٢- كمية الدم الذي يخرج مع كل دقة •

إن : دفع القلب في الدقيقة = معدل دقات القلب في الدقيقة X حجم الدم بكل دقة •

* تأثير التدريب الرياضي على الدورة الدموية :

١- يزيد النشاط البدني كما نعرف من سمك العضلات وهذه الزيادة في حجم العضلات يصاحبها زيادة في عدد الشعيرات الدموية المحيطة بالألياف العضلية ، وقد وجد أن عدد الشعيرات الدموية لدى الرياضيين المدربين تدريباً عالياً تزيد بحوالي ٢٠ % عن غير المدربين من نفس العمر والجنس •

* تأثير التدريب على عملية التنفس :

يؤثر النشاط البدني والحركي بصورة إيجابية على الجهاز التنفسي ويمكن تلخيصها كما يلي :-

- ١- تزداد أقصى تهوية رئوية مما يساعد على إزالة تراكم ثاني أكسيد الكربون •
- ٢- تزداد أحجام الرئة نتيجة تحسن عمل الرئتين بالتدريب المستمر وبالتالي زيادة كفاءتها •
- ٣- يزيد النشاط البدني من الشعيرات الدموية المحيطة بالحويصلات الهوائية مما يحسن عملية تبادل الغازات عند الرياضيين سواء أثناء الراحة والتدريب •
- ٤- يعمل النشاط البدني على نقص عدد مرات التنفس وزيادة عمقه •
- ٥- نقص تكوين حامض اللاكتيك نتيجة لإزالة ثاني أكسيد الكربون •

* تأثير النشاط البدني على الجهاز الهضمي :

- ١- يحسن التمرين من إفرازات الهضم بطريقة ينتج عنها تأثير مضاد لتكون القرحة أي أن النشاط البدني يعد وقاية من أمراض القرحة بالمعدة •
- ٢- يعمل النشاط البدني على زيادة نشاط إفراز الكبد للجلوكوز بل يصل أحياناً خمسة أضعاف ما يفرزه أثناء الراحة ، كما يصل أحياناً إلى ١٤ ضعف عند التدريب في الجو الحار •
- ٣- بالنسبة للبالغين يساعد التدريب في الوقاية والعلاج من مرض السكر ، فالتدريب يساعد على نشاط البنكرياس وهو مصدر الأنسولين والذي يساعد إفرازه على الحفاظ على تركيز الجلوكوز بالدم ، كما أن هناك من البرامج التدريبية المقننة والتي تعد كعلاج لمرضى السكر من خلال حرق السكر الزائد بالجسم •
- ٤- يساعد التدريب في التخلص من مرض السمنة والوقاية منها وبالتالي يقي من أمراض القلب كضغط الدم وكذلك تخفيف العبء عن المفاصل •

* بعض المفاهيم والمصطلحات الأساسية

يتعرض كل من الطالب والمعلم في مجال التربية الرياضية إلي بعض المصطلحات والتي قد تعتبر نوع من الخلط أو الإبهام حول المفهوم ، وفيما يلي سوف نناقش بعض هذه المصطلحات والمفاهيم كي يتحقق للعمل في المجال الرياضي بعد هام ألا وهو الموضوعية .

أولاً : التربية العملية :

ويقصد بها " فترة التدريب الميداني العملي أو التطبيقي بهدف إعداد الطلاب للحياة العملية والتدريس في مراحل التعليم العام وذلك بتطبيق المعارف والمعلومات التي اكتسبها في إطار من التوجيه الفني والتربوي " .

ثانياً : المدرسة كمؤسسه اجتماعيه :

هي " نظام اجتماعي له فكره واتجاهاته وكذلك له أهدافه القريبة والمستقبلية والتي يسعى إلى تحقيقها من خلال تفاعل الأدوار الاجتماعية لإفراد هذا البناء الاجتماعي ، والذي يشمل التلاميذ والمعلمين والقائمين علي الإشراف علي العملية التعليمية والتربوية " .

ثالثاً : المنهج :

وهو " مجموعه الخبرات التعليمية التي تنظمها وتشرف عليها المدرسة بقصد إحداث التغييرات المرغوبة في سلوك التلاميذ وتوجيه نموهم بما يتناسب مع ما بينهم من فروق فرديه " .

رابعاً : البرنامج :

وهو " كل الخبرات التعليمية المتوقعة من المنهج ويتضمن المحتوى وطرق التدريس ، الأهداف التعليمية ، والإمكانات والوقت المخصص " .

خامساً : التعلم :

" وهو تغير ثابت نسبيا في السلوك ينشأ عن نشاط يقوم به الفرد أو عن طريق التدريب أو الملاحظة ، ولا يكون نتيجة لعملية النضج الطبيعي أو ظروف عارضة أي أنه يتم التعديل في السلوك من خلال الممارسة " .

سادساً : التربية الرياضية :

"هي ذلك الجزء المتكامل من التربية " ، والذي يهدف إلى تنمية الجوانب البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية للأفراد من خلال الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق هذه الحاصلات .

سابعاً : اللياقة البدنية : (physical fitness)

" هي قدرة الفرد على أداء نشاط بدني بمستوى يتحدد وفق ما يمتلكه من صفات بدنية مع الاحتفاظ ببعض الطاقة للنشاط اليومي " .

ثامناً : القوة العضلية :

وهي " قدرة العضلات على مواجهة مقاومات خارجية تتميز بارتفاع الشدة " .

تاسعاً : السرعة (speed) :

وهي " قدرة الفرد على أداء حركات متكررة من نفس النوع في اقل زمن ممكن " :

- أ - سرعة انتقالية .
- ب - سرعة رد الفعل .
- ج - سرعة الحركة .

عاشرا : القدرة (power) :

وهي "بذل أقصى قوة في أقل زمن ممكن " (القوة X السرعة) .

الحادي عشر : المرونة :

وهي " أداء الحركات في أقصى مدى ممكن لها " ويتطلب هذا مرونة المفاصل ومطاطية العضلات العاملة على تلك المفاصل .

الثاني عشر : الرشاقة :

وهي تعنى " قدرة الفرد على تغيير أوضاع جسمه بسرعة سواء كان ذلك على الأرض أو في الهواء " .

الثالث عشر : التوازن :

وهي " قدرة الفرد في السيطرة على أعضاء الجسم من الناحية العضلية والعصبية فوق حيز ضيق سواء على الأرض أو فوق الأجهزة " .

الرابع عشر : الدقة :

وهي " قدرة الفرد في السيطرة على الحركات الإرادية نحو هدف معين " .

الخامس عشر : التوافق العضلي العصبي :

وهي " القدرة علي الاستعمال الصحيح للعضلات في التوقيت السليم بالقوة المناسبة لإنتاج الحركات المطلوبة في تعاقب زمني سليم " .

السادس عشر : الكتلة :

هي " خارج قسمه الوزن علي الجاذبية الأرضية ، وهي كميته ما يحتويه الجسم من مادة " .

السابع عشر : العجلة :

وهي " معدل التغيير في السرعة بالنسبة للزمن " .

الثامن عشر : الوسائل التعليمية :

وهي " المواد و الأجهزة التي يمكن استخدامها لتحل جزئيا محل التدريس أو تكمله " .

* أمثله :

- المحاضرات المسجلة علي اشرطه الكاسيت بالنسبة للجامعات المفتوحة (محل التدريس)
- السبورة الضوئية (مكلمة) .
- الفيديو والسينما في عرض بعض المهارات الحركية .
- الفيديو والسينما في المسابقات والاستعانة بهما في التحكيم .

التاسع عشر: القوة المتفجرة :

وهي " كفاءه الفرد علي بذل النهاية العظمي للطاقة في عمل انطلاقي واحد " .

مثال : " رفع الأثقال " .

** الدافعية :

يعتبر موضوع الدوافع من أهم الموضوعات التي تهتم المربي الرياضي إذ يهيمه أن يعرف أو يجد إجابات

للتساؤلات التالية :

* لماذا يقبل بعض الأفراد (أو الأطفال) على ممارسة النشاط الرياضي في حين يكتفي البعض بالمشاهدة فقط ؟

* لماذا يستمر بعض الأفراد (أو الأطفال) في ممارسة النشاط الرياضي والمواظبة عليه في حين ينصرف البعض

الآخر عن ممارسة في منتصف الطريق ؟

كما يتساءل المربي الرياضي دائما عن :

* ما هي الحوافز التي تشجع الناشئ أو الطفل على ممارسة النشاط الرياضي ؟

* كيف يمكن إثارة اهتمامات الأطفال نحو الارتقاء بمستواهم الحركي ؟

* كيف يمكن تعبئة كل قواهم وطاقاتهم للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية ؟

* وللإجابة على هذه التساؤلات لا بد أن نعرف أولا ما المقصود بالدوافع ويقصد بالدوافع :

" الحالات أو القوى الداخلية التي تحرك الفرد وتوجهه لتحقيق هدف معين " .

- فسلوك الفرد لا يصدر غالبا عن دافع واحد ، فغالبا ما يكون سلوك الفرد نتيجة عدة دوافع متداخلة بعضها مع البعض

الآخر .

- والدوافع ليست شيئا ماديا أي أنها ليست حالات أو قوى يمكن رؤيتها مباشرة ، إنما هي حالة في الكائن الحي نستنتج

وجودها من أنماط السلوك المختلفة وأيضا من نشاط الكائن الحي نفسه .

* ولكي نلقى مزيدا من الضوء على التساؤلات السابقة يجب علينا أن نفرق بين " الدوافع " و " الحوافز " .

" فالحافز " ما هو إلا موقف خارجي موجود في البيئة الخارجية مثل (حافز اجتماعي ، مادي ، معنوي ...)

يستجيب له " الدوافع " .

إن : إن استثارة الدافع تؤدي إلى حالة توتر الكائن الحي وعدم استقراره فيسعى للبحث عن حافز مشبع في البيئة

الخارجية يعمل على إشباع هذا الدافع ، فعلى سبيل المثال إذا استثير دافع الجوع نجد أن الفرد يسعى للبحث عن حافز

مشبع وهو الطعام ، كما أن وجود كسب معنوي ، اجتماعي ، مادي يعتبر من الحوافز التي يستجيب لها الفرد الرياضي

للارتقاء بمستواه الرياضي .

وعلى ذلك فإن الدوافع ما هي إلا قوى داخلية (داخل الفرد) والحوافز ما هي إلا قوى خارجية (في البيئة)

وعليه يمكن تقسيم الدوافع إلى نوعين هما :

أ - دوافع أولية .
ب - دوافع ثانوية .

أولا : الدوافع الأولية :

وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها ، الحاجة إلى الطعام والشراب والحاجة إلى الراحة وكذلك الحاجة إلى اللعب عند الأطفال ، وقديماً كانت تسمى هذه الدوافع " بالغرائر " إلا أن كثيرا من علماء النفس لا يستخدمون هذا المصطلح لتفسير سلوك الإنسان ، إذ غالبا ما يستخدمون هذا اللفظ لتفسير سلوك الحيوان .

ثانيا : الدوافع الثانوية :

وتسمى أيضا بالدوافع والحاجات المكتسبة أو الاجتماعية إذ يكتسبها الفرد نتيجة لتفاعله مع البيئة المحيطة به ومن أمثلتها ، الحاجة إلى التفوق و الحاجة إلى المكانة والمركز والحاجة إلى السيطرة .

* الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي :

تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي بتعدد المجالات المختلفة لأنواع الأنشطة الرياضية ، ومن أهم العوامل التي تسهم في تشكيل دوافع الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي ما يلي :

- ١- المتطلبات الأساسية لحياة الفرد وكذلك اثر البيئة التي يعيش فيها .
- ٢- الحياة العائلية للطفل واتجاه الوالدين نحو النشاط الرياضي .
- ٣- العاب الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة (حتى سن السادسة تقريبا) .
- ٤- التربية الرياضية في المرحلة الدراسية الأولى وما تشمل عليه من مثيرات .
- ٥- الوسائل التعليمية للتربية الرياضية وخاصة دور التليفزيون اتجاه أطفالنا

وهناك الكثير من الدوافع منها ما يرتبط بشكل مباشر بممارسة النشاط الرياضي كهدف في حد ذاته ، ومنها ما يرتبط بتحقيق بعض الأهداف الخارجية عن طريق الممارسة الرياضية ، وطبقا لذلك قسم " روديك " الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى :

- أ- دوافع مباشرة .
- ب- دوافع غير مباشرة .

أولا : الدوافع المباشرة :

ويمكن تلخيص أهم الدوافع المباشرة المرتبطة بالنشاط الرياضي فيما يلي :

- ١- الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط البدني .
- ٢- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال الحركات الذاتية للفرد .
- ٣- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها .

ثانيا : الدوافع الغير المباشرة :

ومن أهمها ما يلي :

- ١- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي .
- ٢- ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج .

* تطور دوافع النشاط الرياضي :

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي لا تستمر ثابتة أبد الدهر ، بل تتناولها يد التغيير والتبديل في غضون الفترة الطويلة أو الفعلية التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي ، إذ تتغير دوافع النشاط الرياضي بالنسبة للفرد في كل مرحلة سنوية حتى تحقق مطالب واحتياجات تلك المرحلة ، كما تختلف دوافع الفرد الرياضي تبعاً لمستواه أيضاً ، لذا وجب على المربي الرياضي معرفة الدوافع الخاصة لكل مرحلة سنوية حتى يستطيع أن يحفز الفرد على ممارسة النشاط الرياضي ، وبالإضافة إلى ذلك ينبغي على المربي الرياضي أن يعمل على خلق دوافع جديدة لدى الأفراد سواء كانوا كباراً أم أطفالاً وان يحاول صبغ هذه الدوافع بالطابع الاجتماعي الموجه نحو الجماعة ، بمعنى أن يعمل على ربط الدوافع الفردية الذاتية للفرد بهذه الدوافع الاجتماعية .

وعليه فقد قسم " بوني " الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي طبقاً للمراحل الرياضية الأساسية التي يمر بها الفرد ، إذ يرى أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة بها وهذه المراحل هي :

١- مرحلة الممارسة الأولية للنشاط الرياضي .

٢- مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي .

٣- مرحلة المستويات الرياضية العالية .

أولاً :- دوافع المرحلة الأولية لممارسة النشاط الرياضي :

ففي هذه المرحلة وهي التي سوف نلقى عليها مزيداً من الضوء حيث يكون فيها الطفل في المدرسة الابتدائية مدفوعاً بما يلي :

١- الميل نحو النشاط البدني :

حيث يعتبر التعطش الجامح للحركة والنشاط من أهم الخصائص التي تتسم بها الأطفال في هذه المرحلة وتجعلهم يقومون بممارسة مختلف الأنشطة الحركية المتعددة ، ولا يشترط غالباً تفوق الطفل فيما بعد في لون من ألوان النشاط الرياضي التي سبق لهم ممارستها ، إذ أن فكرة التخصص في لون رياضي معين تكون بعيدة عن تفكير الطفل في أوائل هذه المرحلة

٢- عامل البيئة :

إن ظروف البيئة التي يعيش فيها الطفل وما يرتبط بها من مثيرات مما يشجعه على ممارسته ألوان معينه من النشاط الرياضي إذ نجد أن أطفال المناطق الساحلية يميلون غالباً نحو ممارسته الأنشطة المائية كالسباحة ، بينما يميل أطفال المناطق القريبة من الخلاء إلى ممارسه العاب الكرات والتي تتطلب الأماكن الفسيحة .

٣- درس التربية الرياضية :

يسهم درس التربية الرياضية بالمدرسة الابتدائية في أتاحه الفرصة للطفل لكي يمارس مختلف أنواع الأنشطة الرياضية ولكن تحت إشراف وتوجيه تربوي خاص مما يشعر الطفل بالرضا والإشباع نتيجة لممارسه النشاط البدني .

٤-النشاط الخارجي :

وقد تسهم برامج النشاط الخارجي بالمدرسة في آثاره دافعيه الطفل نحو ممارسه الأنشطة الرياضية وذلك بما تحتويه الأنشطة الخارجية علي العديد من الحوافز المادية و المعنوية والاجتماعية وذلك في غضون المسابقات التي تنظمها المدرسة سواء داخل المدرسة أو خارجها مع المدارس الأخرى في نفس المرحلة .

الفصل الثاني

الشخصية التربوية لمعلم التربية الرياضية

تلقي التربية علي كاهل معلم التربية الرياضية عبئا ضخما يجعله مسئولا إلي حد كبير عن إعداد جيل سليم للوطن ، هذه المسؤولية الكبيرة والخطيرة في نفس الوقت تتطلب من المعلم أن يكون جديرا بتلك المسؤولية وذلك عن طريق العمل المتواصل حتى يهيئ للتلاميذ في مختلف مراحل التعليم مستقبلا سليم .

ومعلم التربية الرياضية يلعب دورا هاما في المدرسة ولذا لا يستطيع أحد أن ينكر هذا الدور لما يمتلكه من صفات القيادة الحكيمة كما أنه يعتبر في نفس الوقت من الشخصيات المحبوبة لدي التلاميذ والتي تؤثر عليهم وذلك لأنه يتعامل معهم بأسلوب العطف واللين والصبر والحزم والكياسة ولقد أكدت الكثير من البحوث والدراسات أن شخصية معلم التربية الرياضية تلعب دورا هاما بالنسبة للتلاميذ لما يمتلك من مؤهلات تجعله ملما بطبيعة التلاميذ النفسية والاجتماعية وذلك يساعد في تربيتهم من النواحي الجسمية والنفسية والاجتماعية وبالتالي ينعكس علي أن ينشأ أصحاب الجسم والنفس . وذلك بسبب العلاقة الحميمة بين التلميذ ومعلم التربية الرياضية فان معلم التربية الرياضية يعد من ابرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثير في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة لدي التلاميذ وفي ظل هذه المغطيات لا يتوقف دور المعلم علي تقديم ألوان النشاط البدني والرياضي المختلفة بل يتعدى ذلك بكثير فهو يعمد إلي الموائمة بين ميول التلاميذ وإمكانيات المدرسة ، وقدرته الشخصية في تقديم واجبات تربوية في إطار بدني رياضي يستهدف النمو والتكيف ، حيث تتصف هذه الواجبات بقدرتها علي تنشيط النمو وتعجيل مراحله عندما يسمح الأمر بذلك كما تتصف بإكساب التلميذ الحاصلات القادرة علي جعله متكيفا من خلال القدرات والمهارات الحركية ، العلاقات الاجتماعية ، أنشطة الفراغ ، القوام المعتدل ، والصحة العضوية والنفسية والمعارف الصحيحة والاتجاهات الإيجابية .

ومن هنا يعتبر إعداد المعلم من الأسس الهامة التي تقوم عليها السياسة التعليمية ، وحيث أن لمعلم التربية الرياضية دورا هاما في إعداد المتعلم لهذا كان من الضروري إعداد هذا المعلم إعدادا مهنيا وأكاديميا وثقافيا وعلميا ، وبالنسبة للإعداد المهني لمدرسي التربية الرياضية فانه يشمل كل العمليات التربوية التي يتعرض لها الفرد في مراحل إعداد كمدرس ، والتدريس في التربية الرياضية يخضع لنفس معايير التدريس في المواد الأخرى ، فهو يحتاج إلي إعداد متكامل من المادة الدراسية واكتساب النواحي التربوية والخبرات النفسية والتي تساعده علي مواجهة مشاكل التلاميذ والعمل علي حلها ، كما أن شخصيته وكفاءته تؤثران تأثيرا كبيرا في إنجاح منهج التربية الرياضية وقد تؤثر بعض المواد في إعداد المعلم للعمل في هذا المجال ، مثل مواد التربية وعلم النفس وطرق التدريس والمناهج والتربية الصحية والتشريح وخلافها تأثيرا مباشرا في إعداد مهنيًا فمثلا مادة التربية تزوده بالثقافة الأساسية في الميدان التربوي ونظرياته ومجالاته المتعددة وهكذا يعد التدريب العملي تطبيق للدراسات التربوية التي يمر بها المعلم علي المستوى النظري ، فهي جوهر عملية إعداد المعلم مهنيًا عن طريق تطوير سلوكه المهني وذلك باكتساب الخبرات الأولية للعملية التربوية من خلال تنمية مهاراته الحركية والمهنية والاتجاهات السوية والأنماط اللازمة لرفع كفاءته الإنجازيه فهي المطب الذي نصب من الخبرات الأساسية والمهنية حيث تمتزج بعضها مع بعض مكونة وحدة إنتاجية شاملة تتفاعل داخليا فتعطي سلوكا مهنيًا تربويا متكاملًا .

الشخصية التربوية للمعلم

إن التقدم بعمليات التعليم والتعلم في التربية الرياضية يحتم علينا أن نركز اهتمامنا على المستفيد الأول من هذه العمليات ، ألا وهو التلميذ ودوره الحيوي في هذه العمليات .

وبالرغم من أهمية دور مدرس التربية الرياضية في تلك العمليات إلا أن دوره مشروط ومرتبب بدور التلميذ ، بمعنى أن اختيار الأنشطة وإدارتها وطريقة تعليمها لها مكانة هامة في سياق الواجب التربوي للمعلم ، إذ أن المفاهيم والاتجاهات التي يجب أن تحكم العمل مع التلاميذ يجب أن تعمل على مساعدتهم على بذل الجهد نحو التكيف الاجتماعي والنفسي ، وفي ضوء هذه المفاهيم والاتجاهات ، فإن الدروس والأنشطة والبرامج في مجملها يجب أن تعمل في هذا الاتجاه كي نحقق الغاية المنشودة من هذه العمليات .

وبسبب العلاقة الحميمة بين التلميذ ومدرس التربية الرياضية فإن مدرس التربية الرياضية يعد من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثيراً في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة لدى التلاميذ ، وفي ظل هذه المعطيات لا يتوقف دور المدرس على تقديم ألوان النشاط البدني والرياضي فحسب ، بل يتعدى ذلك بكثير ، فهو يعمل على الموائمة بين ميول تلاميذه وإمكانيات المدرسة وقدراته الشخصية كي يكون قادراً على تقديم واجبات تربوية في إطار بدني رياضي يستهدف النمو والتكيف ، حيث تتصف هذه الواجبات بقدرتها على إكساب التلاميذ الحاصل القادرة على جعله متكيفاً من الناحية النفسية والاجتماعية من خلال ممارسة النشاط الرياضي .

الشخصية القيادية للمعلم :

وفي هذا الصدد يذكر "أرنولد Arnold" أن مدرس التربية الرياضية شخصية قيادية إلى حد كبير وذلك بحكم تخصصه الجذاب ووضعه بالنسبة للسلطة في المدرسة ، وهذا الإطار القيادي يفرض على مدرس التربية الرياضية حيث أن مدرس التربية الرياضية هو الوحيد من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع بعد غريزي في الطفل وهو اللعب وما يقترن به من متعة وبهجة وسرور ، كما أن اهتمام وسائل الإعلام بالرياضة قد أضفت على مدرس التربية الرياضية صورة براقة باعتباره متخصصاً في هذا المجال .

ويرى "وليامز - Williams" أن من يناط به تربية القيم الاجتماعية عليه أن يكتسبها بنفسه أولاً ، وفي التراث قيل: "إن فاقد الشيء لا يعطيه" ولهذا فإن دور مدرس التربية الرياضية دور رائد وخطير في المدرسة ، فهو مظهر للفرد الرياضي بكل ما تحمله هذه الصفة من معان وقيم يفترض أنها تتجلى في تصرفاته .

ولقد أفادة الدراسات أن شخصية مدرس التربية الرياضية لها تأثير كبير على النمو الاجتماعي والعاطفي للتلاميذ فإذا أراد المدرس معاونتهم ، فعليه أن يدرك أهمية أن يكون حساساً تجاه ما يواجههم من صعوبات وأن يتعامل معهم كأفراد منفصلين ومختلفين بعضهم عن بعض ، أي مراعاة الفروق الفردية بينهم .

وفي دراسة قدمها "ويتبي - Witty" قام من خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ طفل ومراهق تتصل بتصوراتهم عن (أكثر المدرسين مساعدة لهم) فوجد أن أهم صفات هذا المدرس هو قدرته على توفير الأمان وتقدير ذات التلاميذ ، تليها صفات أخرى مثل التعرف على تلاميذه ، إظهار الحنان والألفة ، اتصافه بروح المرح والتعاطف والتسامح، واهتمامه بمشاكل تلاميذه .

كما وجد "جيرسلد - Jirsild" أن الأطفال في سن المدرسة يميلون إلى "التوحد" مع المدرس ذي الشعبية في المدرسة ، ولكن القوى النفسية الدافعة لذلك لا تتفق بالضرورة مع ما هو مرغوب من السلوكيات فهي مرتبطة بالمدى الذي يشبع احتياجات الطفل ، وهذا يؤكد ما توصلنا إليه من أن المعلم الجيد ليس فقط مجموعة من الخصائص والصفات الجيدة ، بل هو فرد وقائد قادر على مقابلة الاحتياجات العاطفية والاجتماعية للطفل ، وبما أن هذه العوامل واضحة وقوية

في مدرس التربية الرياضية لذا فإن لدية فرصاً طيبة وثرية لمساعدة تلاميذه على اكتساب أنماط السلوك الحميد من خلال مواصفات قيادية ناجحة .

وقد اتفق العديد من العلماء في المجالات القيادية على ضرورة توافر المواصفات التالية في القيادة وهي: مواصفات اجتماعية ، مواصفات علمية ، مواصفات عقلية ، مواصفات نفسية ، ومواصفات تتعلق بالخبرة ، حيث أكد العلماء على أن تضافر وتوفر هذه المواصفات سيوفر للمجتمع مدرساً وقائداً أفضل .

أما في القرآن الكريم ... فيتجلى قول الله تعالى في وصفه للقائد والقيادة في أكثر من موضع ، موضحاً الأسس القيادية الصحيحة التي لم يتوصل إليها أي وصف ، حيث وصف الله تعالى رسول هذه الأمة وخير جيل الثقلين محمداً صلى الله عليه وسلم بأوصاف قيادية نذكر منها على سبيل المثال - لا الحصر آياته الكريمة التالية :

" بسم الله الرحمن الرحيم " { وإِنَّكَ لَعَلَىٰ خَلْقٍ عَظِيمٍ } "

سورة " القلم - آية ٤ "

{ ولو كنت فظاً غليظ القلب لا نفضوا من حولك فاعف عنهم واستغفر لهم وشاورهم في الأمر } " سورة آل عمران آية ١٥٩ "

{ ادع إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة وجادلهم بالتي هي أحسن } " سورة النحل - آية ١٢٥ " صدق الله العظيم "

وبالتأمل في تلك الآيات نجد أنها تحمل في طياتها أسمى معاني القيادة ، وكل ما ذكره العلماء من صفات للقائد الناجح والأسس القيادية الصحيحة نراه ونلمسه في سياق تلك الآيات القرآنية الكريم .

المواصفات الواجب توافرها في معلم التربية الرياضية :

اتفق العديد من خبراء التربية والتربية الرياضية على أن الصفات الواجب توافرها في مدرس التربية الرياضية هي

كالآتي :-

- أن يكون أباً قبل أن يكون مدرساً .
- أن يكون على صلة حسنة بالتلاميذ .
- أن يكون حسناً في إدارته حكيماً ومخلصاً في عمله .
- أن يعتقد أن التعليم وسيلة لتحسين المجتمع من كل الوجوه .
- أن يكون مثالاً يحتذى في العدالة في معاملة التلاميذ .
- أن يكون واسع الاطلاع ، غزير المادة ومنظم التفكير .
- أن يعمل بروح التربية الحديثة من حيث الحرية المنظمة والتشويق .
- أن يكون قادراً على ضبط النفس وحسن التصرف .
- أن يعني بمظهره الخارجي .
- أن يملك القدرة على ضبط النظام دون تعنت .
- أن يتقبل الطبيعة البشرية ويحاول تهذيبها .

- أن يلاحظ سلوكه وتصرفاته أثناء التدريس فكثير من التلاميذ يتخذونه مثلاً أعلى .

المسئوليات العامة لمعلم التربية الرياضية :

إن أهم المسئوليات التي تقع على عاتق مدرس التربية الرياضية هي :

- ١- تفهم أهداف التربية الرياضية .
- ٢- تخطيط برنامج التربية الرياضية .
- ٣- توفير القيادة .

أولاً: تفهم أهداف التربية الرياضية :

يتحتم على مدرس التربية الرياضية فهم أهداف مهنته ، فإن معرفة المدرس للأهداف التي يسعى إلى تحقيقها تجعله قادراً على النجاح في عمله اليومي ، وإذا ما عرفت أغراض التربية الرياضية جيداً أمكن عمل تخطيط سليم لبرامجها .

ثانياً: تخطيط برنامج التربية الرياضية :

المسئولية الثانية لمدرس التربية الرياضية هي تخطيط برنامج التربية الرياضية وهذا يعني الاهتمام باعتبارات معينة منها :

- احتياجات ورغبات الأفراد الذي يوضع البرنامج من أجلهم .
- ضرورة تعدد أوجه النشاط ومدى ملائمتها للمرحلة السنية .
- عدد المدرسين والأدوات ومدى ملائمتها لعدد التلاميذ .
- الظروف المناخية .
- مراعاة القدرات العقلية والجسمية للمشاركين .
- توفير عاملي الأمن والسلامة .

٦- ثالثاً: توفير القيادة :

إن توفير القيادة الرشيدة يساعد على تحقيق أغراض التربية الرياضية والقيادة خاصة تتوافر في المدرس الكفاء ، هذه الخاصية والتي لها أثرها على مدى استجابة التلاميذ لشخصية المدرس وتوجيهاته ، حيث أن من بين الوظائف الأساسية للقيادة الوصول بقدرات الفرد إلى أقصى طاقاته من النواحي الجسمية والعصبية والعقلية والاجتماعية. ولا تأتي هذه القيادة ما لم يحصل المدرس على التدريب المهني الكافي كي يصبح قادراً على فهم مشكلات مهنته .

٧- رابعاً: استخدام القياس والتقويم :

يستخدم المدرس أساليب القياس والتقويم حتى يمكنه معرفة ما إذا كانت أغراض التربية الرياضية تسير في طريقها للتحقيق من عدمه .

والتقويم: "هو العملية التي تستخدم المقاييس لجمع البيانات وتفسيرها لتحديد مستوياتها حتى يمكن اتخاذ القرار" .

أما القياس: "فهو تقدير الأشياء والمستويات تقديراً كمياً وموضوعياً والقياس يعتبر أحد أدوات التقويم وهو نوعان :

قياس مباشر : كما يحدث حين نقيس طول أو وزن التلميذ مثلاً .

قياس غير مباشر: كما يحدث حين نقيس كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي .

أما الاختبار: فهو يعتبر وسيلة لتحقيق أهداف القياس .

٨- العلاقة بين القياس والاختبار والتقويم :

مثال: لكي يبدأ المرابي الرياضي في تقويم محتوى البرنامج القائم على تدريبه لابد وأن يبدأ بعملية قياس للمهارات الحركية وعناصر اللياقة البدنية وبالتالي لابد وأن يلجأ إلى بعض الاختبارات المقننة والموضوعية لكي يتحقق أهداف القياس ومن ثم التقويم .

٩- ومن أهم وظائف القياس :

- التعرف على مواطن الضعف في التلاميذ والبرامج .
- تحديد الخصائص الجسمية للتلاميذ (المقاييس الجسمية) .
- قياس مستوى التلاميذ في النواحي المهارية والبدنية .
- قياس القدرات العقلية التحصيل ، الذكاء ، ... الخ .
- التصنيف إلى مجموعات متجانسة سواء من الناحية البدنية أو العقلية أو المهارية .

١٠- شخصية معلم التربية الرياضية :

الشخصية هي أولي العوامل المؤثرة في مدي نجاح مدرس التربية الرياضية ويتوقف نجاح درس التربية الرياضية إلى حد بعيد علي شخصية المدرس وكفائه وبالرغم من استحالة حصر الصفات المرغوبة في شخصية مدرس التربية الرياضية إلا أن هناك صفات عامة في شخصيته يجب أن يتصف بها منها :

- ١- القدرة علي مقابلة مشكلات النظام .
- ٢- القدرة علي خلق مواقف تعليمية .
- ٣- القدرة علي الحصول علي نتائج ملموسة .
- ٤- القدرة علي الملاحظة .
- ٥- القدرة علي النزول لمستوى التلاميذ .
- ٦- المظهر الخارجي اللائق لمعلم التربية الرياضية .
- ٧- المشاركة الوجدانية ومراعاة شعور الآخرين وتحمل المسؤولية .
- ٨- أن يكون مخلصا وصادقا في أقواله وأفعاله .
- ٩- أن يكون ملما بأصول مادته وما يتصل بها من حقائق ونظريات .
- ١٠- أن يكون ملما بالأسس النفسية والاجتماعية والثقافية للنشء .
- ١١- أن يكون ذو قدرة عالية علي التنظيم والإدارة .
- ١٢- أن يستطيع أداء المهارات الحركية بمستوى فوق المتوسط .
- ١٣- القدرة علي تحديد الدرس .
- ١٤- القدرة علي الشرح والإيضاح .

١١- الصفات الواجب توافرها في معلم التربية الرياضية :

يجب أن يعرف كل مدرس أن كرامة مهنته تتطلب منه أن يمتلك عداد من الصفات الجسمية والنفسية والعقلية كي يحافظ علي استمرار مهنته وتأمين نموها ، ولكن هناك اختلاف بالنسبة لهذه الصفات ومنها بعض آراء العلماء .

هذا بالنسبة للمدرسين عامة ومن بينهم مدرسو التربية الرياضية ويذكر د / حسن معوض ١٩٥٢ ، أن الصفات

الواجب توافرها في مدرس التربية الرياضية يمكن أن تتلخص في أربعة جوانب هي :

١ - الجوانب الشخصية . ٢ - جوانب الإعداد المهني .

٣ - جوانب الخبرة . ٤ - جوانب الصحة .

وهناك وجهة نظر أخرى ترى أن الصفات الواجب توافرها في مدرس التربية الرياضية هي :

- ١- يجب أن يكون أباً قبل أن يكون مدرساً ويكون علي صلة حسنة بالتلاميذ ، مثالا للعدالة والنزاهة والكمال ، مخلصاً في عمله .
- ٢- قادراً علي التعليم ، حسناً في إدارته ، حكيماً في عمله .
- ٣- أن يعتقد أن التعليم وسيلة لتحسين المجتمع من كل الوجوه .
- ٤- أن يعامل التلاميذ معاملة واحدة ويعدل بينهم .
- ٥- أن يكون محباً للعلم ، واسع الاطلاع ، غزير المادة ، منظم الفكر ، حسن الاختيار .
- ٦- أن يعمل بروح التربية الحديثة من التعاون والحرية المنظمة والتشويق .
- ٧- ألا يكثر من الشكوى والتذمر بل يبدي الرضا والقناعة .
- ٨- أن يتمكن من ضبط عواطفه (القدرة علي ضبط النفس) .
- ٩- أن يكون ذكياً وحسن التصرف .
- ١٠- أن يتقبل الطبيعة البشرية ويحاول تهذيبها .

ومن خلال هذه الآراء نستنبط الصفات الواجب توافرها في مدرس أو معلم التربية الرياضية :

١- التعليم :

ينبغي أن يحصل المعلم علي قدر من التعليم يفوق كثيراً ما يعطيه للتلاميذ ، زيادة علي أن يكون ملماً بطبائع التلاميذ ونفسياً تهم وطرق معاملاتهم وكيفية توصيل المعلومات إليهم وهذا يحتم عليه أن يكون مطلع علي أحداث ما ينشر في مجال تخصصه وأن يعمل علي استكمال دراسته العليا ويشترك في المجالات والمطبوعات التي تتعلق بالمهنة .

٢- سلامة الجسم والحواس :

يجب أن يكون معلم التربية الرياضية خالياً من العيوب والتشوهات القوامية والعيوب مثل :
(تقوس الساقين - الانحناء الجانبي - فلتحة القدمين - استدارة الظهر - التجويف القطني - الصمم إلي آخره)
وذلك لأن المعلم ذو العاهة تنفر التلاميذ منه وتجعلهم يسخرون منه .

٣- صحة الجسم :

المعلم ذو الصحة غير السليمة لا يستطيع القيام بمسؤولياته وتحمل المجهودات الشديدة التي يتطلبها عمله في مهنة شاقة كمهنة التربية الرياضية لذا يجب عليه أن يحافظ علي صحته ويهتم بها .

٤- النظافة :

يجب أن يكون المعلم قدوة لتلاميذه وذلك من حيث العناية بملابسه الرياضية أو الملابس الخاصة ويجب أن يكون ذلك في غير تبرج ولا مغالاة في الأناقة حيث أن التلاميذ يتأثرون به إلي حد كبير .

٥- الروم الاجتماعية :

يجب أن يمتاز المعلم بالروح الرياضية وأن يكون طبيعياً في سلوكه مع تلاميذه وزملائه بالمدرسة ولا يتكلف في تصرفاته وأن يكون قدوة حسنة يقتدي به تلاميذه وفي نفس الوقت يعمل علي بث القيم الاجتماعية السليمة بين تلاميذ المدرسة .

٦ - النظام :

يجب أن يدرك المعلم أن كل شئ لا ينتج ولا يؤدي فائدة إلا بالنظام ولذا يجب عليه أن يحافظ علي نظام المدرسة والتقاليد المدرسية والأساليب التربوية وأن يبيث في تلاميذه دائماً أنه بالنظام يمكن إنجاز أصعب الأعمال مع الاقتصار في الوقت والمجهود .

٧ - الخصائص الخلقية :

يجب أن يتحلى المعلم بالأمانة والصبر والكياسة والعطف والتحمل وأن يكون مخلصاً في عمله وصادقاً في أقواله وأفعاله ومتعاوناً مع الجميع ويمتلك القدرة علي تحمل المسؤولية .

٨ - الخصائص العقلية :

يجب أن يكون المعلم ذكياً ولديه القدرة علي حسن التصرف في المواقف المختلفة ويتمتع بصحة عقلية ممتازة وعميق في أفكاره وغير متسرع في استنتاجاته .

٩ - المادة التعليمية :

يجب أن يكون المعلم علي إلمام جيد بجميع ما يتعلق بمهنة التربية الرياضية المدرسية (المهارات الرياضية للأنشطة المختلفة - طرق التدريس والأساليب الحديثة في التعليم - تنظيم الأنشطة الداخلية إلي آخره) .

١٠ - الثقافة العامة :

يحتاج المعلم إلي الثقافة العامة بجانب الثقافة الخاصة بمهنته ولذا يجب أن يكون ملماً تماماً بالنواحي المعرفية في كثير من المواد مثل اللغة العربية والموسيقى والتمثيل واللغات الأجنبية والعلاج الطبيعي كما يجب أن يكون ملماً ببعض الأعمال المهنية المختلفة .

١١ - الحكم الصائب :

وهو يعتبر بمثابة المرشد لأي قرار يتخذه المربي و يسموا هذا الحكم الصائب غير التجربة والنضج ، والتحذير الوحيد الذي يجب مراعاته وهو ألا يتخذ المعلم قرارات ارتجالية في حالة الغضب والحكم الصائب له أثر كبير في حل المشاكل الملحة ومنع مشاكل أخرى من الظهور .

١٢ - روح الدعابة :

وهي صفة أخرى يجب علي المعلم إظهارها فكل فرد يتمتع برؤية أو سماع شئ مسلي ، وهناك كثير من الأشياء الفكاهية التي تحدث في الرياضة وعندما يحدث هذا يجب علي المعلم ألا يكون متصلب أكثر من اللازم وأن يستغل هذه اللحظات فالدعابة في الوقت المناسب تؤدي إلي الإقلال من التوتر وتخلق شعور جميل بين التلاميذ والمعلم الجيد هو الذي يتذكر هذا وعندما تحين الفرصة يجب أن يكون المعلم مصدر الدعابة في وقتها وهدفها ، فهو يساعد علي إيجاد مناخ مناسب يحيط بالتلاميذ .

١٣- الإدراك والتفكير :

يجب علي المعلمين أن يكون لديهم دائماً حسن التفكير والإدراك وكذا الاستنتاج لكل شئ يقومون بعمله ، وذلك من خلال برنامجهم ، فالأمر لا يتعلق بمجرد خطط التدريس والتدريب ولكن أيضاً يجب أن يتضمن طرق لما يخص هذا البرنامج من قيادة والتكاليف الكاملة له .

١٤ - الاحترام :

هذه الصفة يجب أن يناضل المعلم من أجلها حتى يبدو محترماً ، فالاحترام هو ذلك الشيء الذي يجب على المعلم أن يكون لنفسه ، وعليه أن يكتسبه .

١٥ - القدرة على الحث (الدافع) :

أصبح الدافع " الحث " هو أحد الأمور الهامة التي تلعب دوراً كبيراً في قدرة الأفراد على التعليم ، ولقد مثل منذ زمن بعيد أن الدافع " الحث " هو الطريق للتعليم ، وعندما يكون الشباب مستعدون بصورة عملية بدنياً وعقلياً ، ويريد أن يتعلم فسوف يتعلم ، ولهذا فإن الواجب الأساسي بالنسبة للمعلم يتمثل في دفعه التلاميذ وحثهم بأن يجعلهم راغبين في التعليم ، حتى ليصبحوا أكثر تنافساً ويمثلون الفريق الأحسن الذي يسعى للفوز .

معلم التربية الرياضية مطلوب منه أن يتحلى بالصفات الحسنة حيث أنه القدوة والمثل الأعلى أمام التلاميذ وذلك لقربه من التلاميذ وأن يحافظ على صحته لأن مهنته ومسئوليته أمام تلاميذه تتطلب منه بصفة مستمرة أن يكون دائماً على درجة عالية من الناحية البدنية ، الصحية ، النفسية ، العقلية .

المبادئ الأساسية لمعلم التربية الرياضية :

هناك أربعة مبادئ أساسية وهامة يجب على معلم التربية الرياضية أن يلتزم العمل بها ، وذلك إذا أراد لنفسه أن ينجح في عمله وحياته والمبادئ الأربعة هي :

١ - التأكيد على تقدير الذات :

يجب على معلم التربية الرياضية أن يؤمن بمهنته التدريسية ويضع في اعتباره أنه ليس ناقل للمعرفة والمعلومات ومعلم للمهارات فقط ولكنه مربي ومعلم رائد في عمله ومجتمعه ويحمل جميع القيم والمثل والمفاهيم وبالتالي فاحترام الذات ضرورة هامة لمعلم التربية الرياضية فهذا يجعله أن يعرف أين هو وموقعه من العملية التربوية والتعليمية ، ويعرف حقوقه وواجباته نحو نفسه ونحو تلاميذه وزملائه في المدرسة والمجتمع وبالتالي يحدد الإطار العام الذي يمكنه من دوره وواجباته على أكمل وجه .

٢ - الاهتمام بتقدير المهنة :

تقدير المهنة من تقدير الذات وعلى معلم التربية الرياضية أن يؤمن تماماً بأنه يعمل في مهنة شريفة مقدسة ، بالإضافة إلى إيمانه القوى بالأهداف التربوية والتعليمية لهذه المهنة ورسالتها في المجتمع .

٣ - الاهتمام بالمتعلم :

المتعلم هو المحور الهام في العملية التعليمية وتتوقف عليه نجاح هذه العملية فهو عنصر متصل بالمعلم اتصال تام فيتعاملان ويتفاعلان وينشأ بينهما ارتباط وثيق مستمر ، كما ينشأ بينهم علاقات ودية مبنية على احترام المتعلم وشخصيته وأحاسيسه ومشاعره وعواطفه وما يحمله من قيم ومواقف واتجاهات .

٤ - الاهتمام بالعلاقات الطيبة :

إن المعلم في التربية الرياضية يتمتع بثقة تلاميذه وحبهم له ولمادته وهذا يستوجب منه أن يتعامل معهم بحسن التصرف وأن يعاملهم بميزان العدل والمساواة ويغرس بينهم فضائل التعاون وجماعية العمل - يتحدث معهم بأسلوب مهذب ويتحكم في تصرفاته تجاه تلاميذه عند الغضب .

واجبات معلم التربية الرياضية :

لا يقتصر دور مدرس التربية الرياضية على إكساب التلاميذ السلوكيات المرتبطة بالمجالات النفس حركية والمعرفية والوجدانية من خلال أنشطة الدرس والنشاط الداخلي والخارجي فقط ، ولكن هناك العديد من الواجبات التي يجب على أن يحرص على تحقيقها ، وهذه الواجبات تتعلق بالتلاميذ - عملية التدريس - النشاط الداخلي .. إلى آخره .

١- واجبات المدرس تجاه تلاميذه :

- ١- أن يكون قدوة حسنة لتلاميذه في مظهره وسلوكياته وتصرفاته داخل وخارج المدرسة .
- ٢- أن يكون المدرس حازما وعطوفا في تعامله مع التلاميذ .
- ٣- أن يعمل على إتاحة فرص التدريب على القيادة للتلاميذ .
- ٤- أن يعمل على تنمية الولاء والانتماء للوطن بدءاً من الانتماء للجامعة في الأنشطة الرياضية المختلفة وخاصة بدرس التربية الرياضية .
- ٥- الابتعاد عن السلوك العدواني تجاه التلاميذ والعمل على ضبط النفس .
- ٦- عدم التفريق بين التلاميذ بناء على أسس (عنصر - بيئية - دين - لون - نسب ..) .
- ٧- تدعيم القيم الدينية سلوكيا في الدرس وخارجه خلال مواقف التعليم الفعلية .
- ٨- غرس الاتجاهات الصحية السليمة والعادات المرغوبة .
- ٩- تقديم الإسعافات الأولية في حالة الإصابة مما يستلزم الدراية بها .
- ١٠- العناية بالتلاميذ الخواص (المعاقين - الموهوبين) .
- ١١- المساهمة مع المختصين في حل مشكلات التلاميذ .
- ١٢- التقويم المستمر لمستويات التلاميذ في تحصيلهم لأهداف المنهج المدرسي .

٢- واجبات المدرس تجاه عملية التدريس :

- العناية بتحضير درس التربية الرياضية قبل تدريسه بمدة كافية ، والرجوع للمراجع العلمية ذات الصلة بعملية التدريس لضمان التحضير والإعداد السليم .
- اصطحاب تلاميذه من حجرة الدراسة وأخذ الغياب قبل بداية الدرس ، كذا اصطحابهم بهدوء ونظام إلى حجرة الدراسة عند الانتهاء من الدرس .
- العمل على تحقيق الأهداف الموضوعية للدرس وفقا للعلاقة العضوية بين هدف الدرس - محتواه - طرق التدريس - بما يستوجب عليه فهمها .
- العناية بتحقيق الجوانب التربوية (نفسية - اجتماعية - خلقية - ومعرفية) بجانب الجوانب البدنية و المهارية .
- الاهتمام بالتعليم الفردي حسب القدرات الذاتية لكل تلميذ على حدة .
- إشراك التلاميذ مع المدرس في التخطيط لأنشطة المنهاج الدراسي .
- العمل على شغل جميع التلاميذ في الممارسة أطول وقت ممكن من الدرس .
- الابتكار والتجديد في أجزاء الدرس أو شكل الدرس كله .
- إعداد الملاعب وتخطيطها .
- صيانة الأدوات بصورة دورية .
- توفير وابتكار أدوات رياضية بديلة .
- توفير عوامل الأمن والسلامة في الملاعب .
- الاشتراك في عمليات التقويم وبعض النواحي الإدارية الخاصة بعملية التدريس .

٣ - واجبات المدرس تجاه المهنة والمجتمع :

- ١- المساهمة في وضع البرامج الرياضية لخدمة أهل الحي والتي تنفذ بالمدرسة في غير أوقات الدراسة .
- ٢- دراسة المجتمع المحيط ونواحي النشاط المتوافرة فيه .
- ٣- الحصول علي المراجع العلمية الرياضية المرتبطة ، والأبحاث ومتابعة الجديد باستمرار .
- ٤- التعاون مع الموجه التربوي المحدد من الكلية أو التوجيه بالإدارة التابعة لها المدرسة .
- ٥- الاشتراك في النقابات المهنية (المعلمين - المهن الرياضية) .
- ٦- محاولة الحصول علي درجات علمية أعلى بالالتحاق بالدراسات العليا المهنية .
- ٧- العمل المستمر علي تنمية الثقافة العامة .
- ٨- التعرف علي أغراض مهنة التربية الرياضية وثقافتها .
- ٩- الالتزام بأخلاقيات المهنة ، والإيمان بدورها في خدمة المجتمع .

٤ - الإشراف علي النظام بالمدرسة :

أي مجتمع يجب أن يسوده نوعا من النظام ولذا كان علي معلم التربية الرياضية أن يكون له دوراً في المساهمة في عملية النظام بالمدرسة وذلك من خلال الإشراف علي ما يلي :-

- ١- طابور المدرسة .
- ٢- الشرطة المدرسية .
- ٣- نظام الحكم الذاتي بالمدرسة .
- ٤- دخول التلاميذ المدرسة والخروج منها .
- ٥- عدم نزول التلاميذ أثناء تدريس حصص المواد المختلفة إلي فناء المدرسة .
- ٦- عدم وجود تلاميذ في المدرسة بعد انتهاء اليوم الدراسي .

٥ - الإشراف علي الرحلات المدرسية :

تلعب الرحلات المدرسية دورا هاما في ربط التلاميذ بالبيئة والتعرف علي الأماكن المختلفة ولذا كان لابد من مساهمة معلم التربية الرياضية في ذلك حيث أنه يعتبر من الشخصيات القيادية بالمدرسة والتي تستطيع التحكم في التلاميذ ويمتلك من الوسائل الترويحية ما يجعلهم يشعرون بالسعادة أثناء الرحلات .

٦ - خدمة البيئة المحيطة بالمدرسة :

يمكن لمعلم التربية الرياضية المساهمة في خدمة البيئة المحيطة بالمدرسة وذلك عن طريق عمل معسكرات لتلاميذ المدرسة خلال أيام العطلات يتم فيها تشجير الشوارع وتنظيفها كذلك يمكن للمدرس أن يقوم بوضع برامج لرفع مستوى اللياقة البدنية لأولياء أمور التلاميذ وأهالي المنطقة المحيطة بالمدرسة وتنظيم محاضرات وندوات لهم تتناول محاربة السموم والمخدرات والتدخين وأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية ولكن يجب أن يضع في اعتباره تقاليد وحدود البيئة بالمدرسة .

٧ - الإشراف علي اللجنة الرياضية لاتحاد الطلبة بالمدرسة :

يعمل معلم التربية الرياضية علي تنظيم اللجنة الرياضية لاتحاد الطلبة بالمدرسة من خلال تحديد أهدافها ووضع برامجها التنفيذية موضع التنفيذ وتوزيع المسؤوليات فيها علي كل عضو في اللجنة .

٨ - ميزانية التربية الرياضية بالمدرسة :

يجب أن يكون المعلم علي إلمام تام بميزانية النشاط الرياضي بالمدرسة وكيفية توزيعها علي الأنشطة الرياضية المختلفة بالمدرسة (شراء أدوات وملابس رياضية - نشاط داخلي - نشاط خارجي - الأيام الرياضية - المواصلات - التغذية - المعسكرات - النشاط الكشفي) كذلك يجب أن يضع المعلم في اعتباره أن حصيلة التربية الرياضية بالمدرسة - يستقطع منها جزء لأنشطة المواد الثقافية بالمدرسة وجزء آخر لتوجيه التربية الرياضية بالمدرسة التعليمية كما يتم إعفاء بعض التلاميذ من رسوم النشاط الرياضي وذلك عن طريق الأخصائي الاجتماعي بالمدرسة .

٩- الاشتراك في مجلس الآباء :

يجب أن يشترك المعلم في مجلس الآباء وأن يستفيد من ذلك في توضيح أهمية التربية الرياضية للآباء والدور الذي تلعبه الأنشطة الرياضية في خدمة التلاميذ ويستطيع من خلال العلاقات الإيجابية مع أهالي التلاميذ في مجلس الآباء أن يحثهم علي المساهمة في إعداد ملاعب المدرسة وشراء الأدوات الرياضية للتلاميذ .

١٠- الإشراف علي تنظيم وإدارة المعسكرات :

يجب أن يكون معلم التربية الرياضية ملماً بالإلمام التام بتنظيم وإدارة المعسكرات من خلال ما يلي :

- أنواع المعسكرات :- اليوم الواحد - الطويل - العمل الترويحي الكشفي - الخدمة العامة .
- أغراض المعسكرات :- الاعتماد علي النفس - القيادة - إشباع حب المغامرة - خدمة البيئة - تنمية العلاقات الإنسانية - معرفة الحياة الخلاء - شغل وقت الفراغ - تنمية المهارات الترويحية ... الخ .
- الإعداد للمعسكرات من حيث :- الهدف - اختيار المكان - المدة - البرنامج - الأدوات المستخدمة - نظام التغذية - نظام الأمن - وسائل المواصلات - نوعية القيادة - الميزانية - أدوات الإسعاف والإطفاء .

١١- وضع برنامج التربية الرياضية بالمدرسة :

في حالة عدم وجود برنامج تربية رياضية من توجيه التربية الرياضية بالمدرسة يقوم معلم التربية الرياضية بالمدرسة بوضع برنامج عام التربية الرياضية وتوزيع ذلك البرنامج علي السنوات الدراسية مع مراعاة الناحية الأفقية والرأسية أثناء توزيعه - ويتم وضع هذا البرنامج من خلال تعرف المعلم علي ما يلي :

- الأنشطة الرياضية المفضلة للتلاميذ .
- اتجاهات تلاميذ المدرسة نحو النشاط الرياضي .
- حاجات ورغبات وقدرات وسن التلاميذ .
- عدد التلاميذ .
- إمكانيات المدرسة .
- زمن الحصة .
- تقاليد المجتمع .

١٢- استخدام القياس والتقويم :

تلعب وسائل القياس والتقويم دوراً هاماً في التعرف علي تحقيق أهداف وأغراض أي برنامج للتربية الرياضية بالمدرسة وعن طريقها يتعرف المعلم علي مدى ما حققه من نتائج وكذلك التعرف علي نقاط القوة والضعف في البرنامج وعمل المعلم أن يستخدم وسائل القياس والتقويم التي تتماشى مع إمكانيات المدرسة وفي نفس الوقت التي تعمل علي مراعاة الفوارق الفردية بين التلاميذ ولذا يجب علي المعلم أن يلم بالإلمام التام بوظائف وخطوات عملية التقويم في البرنامج .

- خطة التدريب علي مدار العام الدراسي .
- توزيع خطة التدريب علي مدار الشهور ثم علي الأسابيع .
- تحديد أيام ومواعيد العمل .
- أسماء التلاميذ المشتركين في الفريق .
- صفحة لكل طالب ، لاعب ، تتضمن ما يلي :-
- صورة - الاسم الرباعي - السنة الدراسية - تاريخ الميلاد - الفصل الدراسي - عنوان المنزل - مركزه في اللعب - موافقة ولي الأمر علي الاشتراك في النشاط الخارجي - نتيجة الكشف الطبي .

١٣- نشر الوعي الرياضي بالمدرسة :

المعلم عليه أن يعمل علي نشر الوعي الرياضي بالمدرسة من خلال إذاعة المدرسة وأماكن الإعلانات كذلك عن طريق رسم بعض الرسومات الرياضية التي تعبر عن أنواع الأنشطة الرياضية والمهارات المختلفة لها علي حوائط المدرسة وكتابة بعض المقولات عن التربية الرياضية ودورها في محاربة السموم البيضاء والمخدرات والتدخين في صحيفة المدرسة وتنظيم محاضرات وندوات تتناول التربية الرياضية ودورها في خدمة المجتمع كما أنه يقوم بعمل مسابقات بين التلاميذ في كتابة بعض المقالات عن التربية الرياضية .

١٤- الإشراف علي مكتب التربية الرياضية :

يجب أن يقوم معلم التربية الرياضية بإعداد مكتب للتربية الرياضية بالمدرسة وأن يعمل علي نظافته مع مراعاة احتوائه علي ما يلي :

- مكتب وكراسي وسجاد ودولاب وأن تكون الحجرة مدهونة بالزيت .
- لوحات موزع عليها البرنامج العام للتربية الرياضية .
- سجلات تحتوى علي ما يلي :

*** سجل لكل فريق مشترك في النشاط :** موضحا به برنامج التدريب - أيام التدريب - أسماء المشتركين - مواعيد المباريات - نتائج المباريات .

*** سجل الصادر :** يتعلق بكل ما يخرج من خطابات من مكتب التربية الرياضية إلي إدارة المدرسة أو توجيه التربية الرياضية أو إلي أي هيئة أخرى خارج المدرسة ويجب أن يتم حفظ صورة من تلك الخطابات في هذا السجل وعليها رقم بصادر .

*** سجل الوارد :** ويحفظ به كل ما يصل من خطابات أو منشورات تتعلق بالتربية الرياضية أو المعلمين من توجيه التربية الرياضية أو إدارة المدرسة أو من أي هيئة أخرى خارج المدرسة .

* سجل بأسماء التلاميذ المصابين بأمراض خطيرة :

ويحفظ به أسماء التلاميذ الذين ليس لهم حق ممارسة الأنشطة الرياضية ويجب أخذ أسماء المصابين بتلك الأمراض ونوعيتها (القلب - السكر الخ) من المسئول عن النواحي الطبية بالمدرسة .

*** سجل التلاميذ الخواص :** موضحا به أسماء التلاميذ الخواص ونوع العاهة والأنشطة التي يجب أن تتمشي معهم .

*** سجل النشاط الكشفي :** ويحفظ به كل ما يتصل بالنشاط الكشفي بالمدرسة ، وأسماء التلاميذ المشتركين في النشاط والهوايات الخاصة بهم

* **سجل الميزانية :** ويوضع به ميزانية التربية الرياضية بالمدرسة وتوزيعها علي الأنشطة المختلفة وبيان المصروفات .

* **سجل المشتريات :** ويحفظ به البيانات المختلفة الخاصة والتي تتعلق بالمشتريات الخاصة بالنشاط الرياضي ككل .

* **سجل العمدة :** ويسجل فيه كل ما يتعلق بالأجهزة والأدوات الرياضية بالمدرسة وكذلك الملابس الرياضية .

١٥- النشاط الداخلي بالمدرسة :

يجب علي معلم التربية الرياضية الاهتمام بالنشاط الداخلي الذي يتم داخل المدرسة حيث يعمل هذا النشاط علي إتاحة الفرص لحوالي ٦٠ % من التلاميذ لممارسة أنواع من الأنشطة التي يميلون إليها ، كذلك إتاحة مجالاً يكشف فيه التلاميذ عن قدراتهم الحركية ، وفي نفس الوقت يصبح هذا النشاط امتداد لدروس التربية الرياضية حيث يعطي الفرصة الكافية للتلاميذ بممارسة الأنشطة التي تم تدريسها ، ولكي يعمل المعلم علي رفع شأن هذا النشاط يجب علينا أن نضع أمامه بعض النقاط الأساسية التي تساعد علي إدارة هذا النشاط بنجاح والتي تتمثل فيما يلي :

- أن هناك جزء من ميزانية التربية الرياضية بالمدرسة يخصص للنشاط الداخلي [شراء الجوائز] .
- يجب عدم جمع أموال من تلاميذ الفرق المشتركة في النشاط الداخلي لشراء جوائز تحت أي شكل من الأشكال .
- يجب أن تتناسب المسابقات والمباريات التي سوف تقام في النشاط الداخلي مع الزمن المخصص للفسحة وكذلك الإمكانيات المتاحة بالمدرسة.
- أن يشارك في النشاط الداخلي من ٤٠ % إلي ٦٠ % من عدد تلاميذ المدرسة .
- يجب أن تقع مسئولية تنظيم وإدارة النشاط الداخلي علي كاهل اللجان التي تشكل من التلاميذ .
- يجب أن يكون دور المعلم في النشاط الداخلي هو توجيه اللجان والقيادة وتحديد طرق تنظيم الدورات الرياضية .
- من الممكن أن يمارس النشاط الرياضي الداخلي قبل أو بعد اليوم الدراسي
- أن النشاط الداخلي يعتبر امتداد لدرس التربية الرياضية .
- يجب الإعلان عن مسابقات ومباريات النشاط الداخلي بفترة مناسبة لكي يقوم التلاميذ بإعداد الفرق .
- يجب أن يتم تعليق جداول المسابقات والمباريات في أماكن الإعلانات بالمدرسة يجب الإعلان عن المباراة التي سوف تلعب وكذلك أسماء الفرق قبل المباراة بـ ٢٤ ساعة علي الأقل .

١٦- القيام بالنشاط الخارجي بالمدرسة :

يجب علي معلم التربية الرياضية إشراك جميع الفرق الرياضية بالمدرسة في النشاط الخارجي ولا يتهرب من هذا النشاط ، ولذا فإن هناك واجبات يجب أن يضعها المعلم في تفكيره عند إشراك الفرق الرياضية الخاصة بمدرسته في النشاط الخارجي وتتمثل فيما يلي :-

- أن يكون المعلم ملماً تماماً بأغراض النشاط الخارجي .
- يأخذ المعلم موافقة ولي الأمر قبل اشتراك أبنه في أحد الفرق الرياضية .
- يقوم المعلم بتوقيع الكشف الطبي الدقيق علي جميع أفراد الفرق الرياضية قبل الاشتراك في النشاط الخارجي وذلك بواسطة طبيب الوحدة المدرسية .

- يقوم المعلم باستخراج كارييه لكل تلميذ مشترك في النشاط الخارجي علي أن يتضمن (صورة الطالب - الاسم الرباعي - تاريخ الميلاد - عنوان الطالب - الصف الدراسي - اسم المدرسة - اسم اللعبة) .
- يقوم المعلم بعمل كشف بأسماء التلاميذ المشتركين في الفرق الرياضية قبل الخروج من المدرسة واعتماده من مدير المدرسة .
- يصاحب المعلم الفرق الرياضية من المدرسة إلي المكان الذي سوف تؤدي عليه المباريات التنافسية للنشاط الخارجي ولا يترك التلاميذ في أي لحظة
- يجب أن يضع المعلم في ذهنه دائما أن النشاط الخارجي جزء من المنهاج العام للتربية الرياضية المدرسية .
- يجب أن يضع المعلم في ذهنه أن الاشتراك في النشاط الخارجي ليس من أجل المشاركة فقط ولكن يجب أن يتأكد من أن تلاميذه في الفرق الرياضية المختلفة علي مستوى ممتاز من الاشتراك ، وان يبيث فيهم روح المنافسة الإيجابية من أجل رفع شأن مدرستهم .

١٧- القيام باستخدام وسائل تكنولوجيا التعليم :

يجب علي معلم التربية الرياضية أن يكون ملما بوسائل تكنولوجيا التعليم المستخدمة في تدريس التربية الرياضية وأن يقوم باستخدامها كوسائل معينة وهامة في عملية التدريس حيث أثبتت الدراسات والبحوث أهميتها في التعليم الحركي وفي دروس التربية الرياضية بشكل عام .

١٨- دور مدرس التربية الرياضية في تقويم صحة التلاميذ :

مدرس التربية الرياضية لا تقتصر رسالته علي تدريس مادة التربية الرياضية فحسب بل تتعداها إلي تحقيق أهداف التربية الرياضية في المدرسة ، ومن بين تلك الأهداف المساهمة في تحسين مستوى الصحة وتنمية الكفاية البدنية و المهارة لدي التلاميذ ، وعلي مدرس التربية الرياضية أن يتحمل مسؤوليته نحو التربية الصحية حيث أنها تشكل جزءا هاما في رسالته في المدرسة ويمكن لمدرس التربية الرياضية أن يقوم بالتالي :

- ١- الاشتراك في عملية الفحص الطبي الدوري الشامل فهو يشترك مع الطبيب والزائرة الصحية في ملئ الاستمارة الخاصة بالتلاميذ وتسجيل التاريخ المرضي لهم وعليه أن يحرص علي حضور عملية الفحص فرما تكون لديه معلومات تفيد في عملية الفحص كما أنه الصلة القوية بين المدرسة والمنزل عن طريق اتصاله بأولياء الأمور والتفاهم معهم بخصوص حالة أبنائهم .
- ٢- يستفيد مدرس التربية الرياضية من اشتراكه في عملية الفحص الطبي بمعرفة أنواع الأمراض الموجودة في المجتمع المدرسي وحصر كل منها وعمل سجلات خاصة بها .
- ٣- يستفيد معلم التربية الرياضية من اشتراكه في الفحص الطبي بمعرفة الانحرافات القوامية التي تظهر بين التلاميذ وعليه تسجيلهم وتصنيفهم وعليه تقسيمهم إلي فئات متجانسة ووضع البرامج والأنشطة الرياضية المناسبة لهم .
- ٤- متابعة الحالات التي ظهرت من خلال الفحوصات وإرشاد وتوجيه التلاميذ إلي طريق العلاج وطريقة الوقاية أيضا .
- ٥- الاشتراك في الإشراف الصحي اليومي علي التلاميذ وملاحظة الأعراض المفاجئة التي قد تظهر عليهم ، وتسجيل هذه الملاحظات وإبلاغها إلي المسؤولين بالوحدة الصحية المدرسية وهو يقوم يوميا بنظرة سريعة علي التلاميذ أثناء طابور الصباح لملاحظة مدى اهتمامهم بالنظافة الشخصية وخصوصا الأجزاء الظاهرة من الجسم (الشعر - الوجه - الأظافر - العينين) .

- ٦- الاشتراك في الفحوص الجماعية مع الزائرة الصحية ، وقد يقع عليها عبء متابعة بعض الحالات المرضية بالمدرسة إلى أن يتم شفاؤها وعليه أن يبدى جميع ملاحظاته للزائرة الصحية أو الطبيب لتدوينها في السجلات الصحية .
- ٧- تقويم صحة التلاميذ النفسية عن طريق ملاحظة سلوك التلاميذ واكتشاف أي انحراف سلوكي وعليه تسجيل هذه الملاحظات ومحاولة علاج بعض الحالات البسيطة بالتعاون مع أولياء الأمور .

الفصل الثالث

طرق واساليب التدريس

يتناول هذا الفصل وصفا لطرق واساليب التدريس ويبدأ بتحديد الطريقة والمقصود بها كما يتعرض لبعض انواع طرق التدريس وخاصة الطريقة الكلية والطريقة الجزئية و الطريقة الكلية الجزئية وكذلك الطريقة الجزئية المتدرجه كما يتناول هذا الفصل بعض الاساليب الشائع استخدامها فى مدارسنا وبصفه خاصه اساليب التدريس المستخدمه في مجال التربيه الرياضيه وفيما يلي سوف نوضح بعض هذه الجوانب :

اولا : ما هي الطريقه :

الطريقة تتضمن الخطوات التي يستخدمها المدرس والتي من خلالها يستطيع ان يكسب التلاميذ النتائج المرجوه او المطلوبه من الدرس ولا شك في ان فاعليه ما يقوم به المدرس يتوقف الى حد كبير على الكيفيه التي يؤدي بها الدرس او بمعنى اخر على الطريقه التي يستخدمها في درسه ومن ثم فان الطريقه الناجحه هي التي تؤدي الى تحقيق الاهداف المنشوده من الدرس في اقل وقت وباقل جهد فالطريقه تصبح عديمه الجدوى اذا لم تصل بالتلميذ الى الهدف المنشود وعموما فان نجاح اي طريقه لتحقيقها لاغراض الدرس يتوقف على عدد من العوامل والاعتبارات منها :

١- ان يكون المعلم مدركا متفهما الاهداف التي يسعى الدرس الى تحقيقها من خلال الطريقه المستخدمه فالمدرس الناجح هو الذي يبدأ بتحديد الاهداف مع فهمه الواضح لها وبناء على هذه الاهداف يختار انسب طريقه لتحقيقها فبقدر ادراك المعلم لهذه الاهداف وربطه بينها وبين الطريقه على قدر ما ينجح درسه كما يجب على المعلم ان يؤكد وضوح الهدف امام تلاميذه فوضوح الهدف امامهم يساعد على تحقيق هذا الهدف وكذلك تحقيق نتائج افضل

ان يكون المعلم مدركا بخبرات تلاميذه ومستوياتهم وما يوجد بينهم من فروق فرديه فمعرفة المعلم والمامه بهذه النواحي تجعله اقدر على استخدام الطريقه المناسبه بدرجة كبيره فكفاءة المعلم في التدريس تتوقف على نجاحه في اختيار واستخدام الطريقه التي تتماشى مع امور كثيره منها ميول التلاميذ وكيفيه استئارة دوافعهم نحو التعلم و كذلك مراعاة الفروق الفرديه بينهم

ان يكون المعلم مدرك لطبيعته الماده التي يقوم بتدريسها وهذا يعني انه ليست كل طرق صالحه لتدريس كل المواد الدراسيه فهناك مواد يغلب عليها الطابع النظري وهناك مواد اخرى يغلب عليها الطابع العملي وهذا مفاده انه قد تكون هناك طريقه ناجحه لتنفيذ منهج معين ولكنها قد تفشل فى تنفيذ منهج اخر وهذا يؤكد ان اختيار المعلم الطريقه معينه يعتمد الى حد كبير على ادراكه لطبيعته مادته فمثلا العلوم الطبيعيه تعتمد في معظمها على التجريب والتدريبات العمليه في حين تعتمد العلوم الانسانيه على المناقشه والحوار

ان يكون المعلم مدركا بمختلف مصادر التعلم التي يمكن استخدامها في التدريس

فالاتعماد على مصدر واحد مثل الكتاب المدرسي مثلا يكون في اغلب الاحيان غير مفيد بدرجه كافيه ولكن معرفه المدرس لمختلف المصادر العلميه كالمراجع العلميه المختلفه والوسائل التعليميه المختلفه والتي تفيد المعلم في العمل على تحقيق اهداف الدرس كلها سبل تيسر له اختيار افضل الطرق المناسبه لطبيعه درسه

ان يكون المعلم مدركا للعلاقه بين طريقه التدريس المستخدمه وما يمكن تنفيذه من نشاط مدرسي فطريقه التدريس لا تقوم بذاتها وانما تحتاج الى امكانيات ووسائل فمثلا لا يمكن تعليم مهاره في رياضه الجمباز على جهاز حسان القفز او المتوازيين بدون وجود هذه الاجهزه و كذلك لا يمكن تعليم السباحه مثلا بدون وجود حمام سباحه وهكذا وبعد ان تكلمنا عن العوامل والاعتبارات التي يتوقف عليها نجاح اي طريقه يختارها المعلم لتدريس مادته نريد ان نشير الى ان تحقيق الاهداف من جهه و اختيار المحتوى من جهه اخرى وتقييم الدرس من جهه ثالثه يرتبط كل منهم تماما بالطريقه المستخدمه وفيما يلي سوف نتعرض لعلاقه الطريقه في كل من الاهداف والمحتوى والتقويم .

الطريقه والاهداف :

ان عمليه الاهداف وصياغتها على المستوى التخطيطي تعتبر نقطه البدايه الصحيحه التي يتبعها بالتالي تحديد افضل محتوى يمكن من خلاله تحقيق تلك الاهداف كل هذا يساعد المعلم على اختيار افضل طريقه للتدريس والتي من خلالها يجعل تلاميذه قادرين على بلوغ ما حدده المنهج من اهداف. وهنا يجب ان نشير انه من الضروري الاهتمام بجميع الاهداف المحدده فقد نجد ان هناك بعض المعلمين يهتمون بتحقيق بعض الاهداف دون الاخرى ويعطيها اهميه خاصه كما يطوع طريقه التدريس لتحقيقها فعلى سبيل المثال بالنسبه لماده التربيه الرياضيه نجد ان المعلم في الغالب يصب اهتمامه على تحقيق الاهداف المهاريه والمعرفيه دون الاهتمام بالاهداف الانفعاليه وغالبا ما يستخدمون الطرق التي تتناسب و تحقيق هذه الاهداف في حين انهم يهملوا الطرق المختلفه التي يمكن ان تستخدم لاكساب المتعلمين الاهداف الانفعاليه والتي تتصل بترغيب التلاميذ في هذه الماده و تنميه الاتجاهات الايجابيه نحوها.

الطريقه والمحتوي : - ١

وفي الحقيقه لا يمكن فصل محتوى الماده عن الطريقه فالطريقه هي الوسيله التي يستخدمها المدرس كي يساعد تلاميذه على استيعاب هذا المحتوى و الاستفاده الكامله منه كما ان الطريقه توضح متى يستخدم كل جزء وكيف يؤدي الى الجزء الذي يليه وما هي الكيفيه التي يعالج بها قصور ما في جزء معين وهكذا يتبين او يتضح لنا ان محتوى المنهج هو الذي يحدد الطريقه التي تستخدم في تنفيذه.

٣- الطريقه والتقويم

وهنا يجب ان يعرف المعلم مدى ما يحققه من نجاح في استخدام طرق التدريس التي اختارها لتنفيذ الموقف التعليمي فاذا كانت الاهداف سليمه والمحتوي جيد فان نجاح الموقف التعليمي يتوقف على استخدام طريقه جيده و هذه الطريقه لا يمكن الحكم عليها الا عن طريق التقويم كما ان اسلوب التقويم يختلف من طريقه لاخرى اي ان اسلوب التقويم ليس واحدا

بالنسبة لجميع طرق التدريس ، فاسلوب تقويم الدرس النظري يختلف عن اسلوب تقويم الدرس العملي ويمكن تقويم الطريقه من خلال ما حققته بالنسبه للتلاميذ من تقدم.

انواع طرق التدريس :

يوجد العديد من طرق التدريس المختلفه والتي تستخدم في التدريس بصفه عامه كذلك يوجد في التربيه الرياضيه طرق متعدده لتدريس الانشطه الرياضيه المختلفه وتختلف هذه الطريقه باختلاف نوع النشاط الذي يقوم المدرس في تعليمه ويمكن تقسيم هذه الطرق الى ما يلي :-

١ - الطريقه الكليه :

وفي هذه الطريقه يمارس التلميذ الخبره التعليميه ككل وكوحده واحده متكامله بحيث يقوم المعلم باصلاح الاخطاء اثناء اداء وممارسه التلاميذ لهذه الخبره وفي مجال التربيه الرياضيه تعتبر المهارات الحركيه المختلفه هي نوع التعلم الرئيسي في هذا المجال ومن اهم مميزات هذه الطريقه :

- تساعد التلميذ على فهم المهاره وادراكها ككل
- تناسب هذه الطريقه المهارات السهله
- تناسب هذه الطريقه ايضا المهارات الصعبه او التي يصعب تجزئتها
- تعطي الطريقه الكليه للمتعلم ادراكا حسيا اكبر لحركه الجسم الشامله.

ومن اهم عيوب هذه الطريقه :

- يصعب على التلاميذ متابعه اجزاء المهاره الحركيه وكذلك معرفه دقائق وتفاصيل الحركات
- يكون من الصعب التخلص من العادات الخاطئه التي تتكون اثناء الممارسه.

الطريقه الجزئيه :

و هذه الطريقه تناسب بعض المهارات الحركيه التي تتميز بالصعوبه والتعقيد وفيها تقسم المهاره الى اجزاء بحيث يكون لكل جزء هدف واضح ومحدد ، بحيث يقوم التلميذ باداء كل جزء علي حده وبعد تعلم هذا الجزء ينتقل الى الجزء الذي يليه وهكذا حتى ينتهي من تعلم جميع اجزاء المهاره الحركيه ثم يقوم بعد ذلك بربط كل هذه الاجزاء ويمارس التلميذ المهاره كلها كوحده متكامله.

ومن اهم عيوب هذه الطريقه :

- تفقد بعض اجزاء المهاره الحركيه غالبا الارتباط الصحيح بالاجزاء الاخرى مما يتسبب في تاخير التوافق المطلوب للمهاره الحركيه
- كما انها تحتاج الى وقت طويل لتعلم المهاره نتيجه لتجزئتها وبالتالي تحتاج الى طاقه عصبية كبيره من المتعلم نتيجه لتقسيم المهاره

الطريقه الكليه الجزئيه :

وهي تجمع بين الطريقتين السابقتين معا وفيها يتم الاستفاده من مزايا كل منها ولا شك ان تعلم المهارات الحركيه في الطريق الكليه الجزئيه يحقق احسن وافضل النتائج ففي هذه الطريقه يبدا المعلم بتعليم المهاره ككل بصوره مبسطه وبعد ان يقوم التلاميذ باداء المهاره يقوم المعلم بتعليم الاجزاء الصعبه بصوره منفصله حتى يتم اتقانها ثم تؤدي المهاره ككل ويتم التدريب الكل عليها.

على سبيل المثال في تعلم السباحه تمارس المهاره كامله (رجلين ، ذراعين، توافق وحركات تنفس) فاذا لاحظ المعلم ضعف احد هذه الاجزاء فعليه ان يهتم بهذا الجزء ويخصص له وقت اطول لتعليمها والتدريب عليها ثم ربط باقي الاجزاء معا.

الطريقه الجزئيه المتدرجه :

وهي تهدف الى تعليم جزء من المهاره ثم الجزء الاخر ثم ربطها معا ثم جزء اخر وربطه في الجزئين السابقين وهكذا حتى نصل الى الشكل النهائي للمهاره فعلى سبيل المثال في السباحه يتم تعليم حركات الرجلين في البدايه ثم تعليم حركات الذراعين ثم ربطهما معا ثم تعليم حركات التنفس وربطهما بالحركات السابقه حتى يتم تعليم السباحه وهكذا.

الأساليب العلمية الحديثة للتعليم في التربية الرياضية

يمر التعليم في مصر بفترة تطوير تفرضها طبيعة العصر ومتطلباته مما يستلزم فيها تغيير المناهج الدراسية وأهدافها وطرائقها ووسائلها ، فالتعليم اليوم يعتمد على تحويل حقائق العلم إلى ممارسة وسلوك كي يأخذ التعليم دوره في التنمية الشاملة من منطلق أن التعليم هو الأساس الذي لا غنى عنه لمسايرة التطور فمن خلاله يتم أفضل استثمار للموارد البشرية .

ويمثل التعليم لب العملية التربوية ، حيث يسود التعلم كل أنواع النشاط البشري فكل ما يقوم به الفرد طوال وخلال فترة حياته ما هو إلا أشكال وأنواع متباينة من التعلم بصفة عامة وأن أي نشاط تربوي في حقيقة الأمر ما هو إلا موقف تعليمي وعليه يمكننا القول بأنه لا يوجد أي نمط أو نوع من أنواع السلوك الكيفي يخلو من التعلم .

فعملية التعلم تعد جانبا أساسيا في حياة كل إنسان يمكن من خلالها تنمية وتطوير أنماط وأشكال سلوكه المختلفة وبما يتناسب واستعداداته وقدراته محاولاً من خلالها تحقيق احتياجاته وإشباع رغباته .

فالتعلم في رأي "جيتس" Geates يعني عملية اكتساب الوسائل المساعدة التي تعين الفرد علي إشباع دوافعه وحاجاته وتحقيق أهدافه .

بينما في رأي البعض الآخر بأنه تغيير أو تعديل في السلوك أو الخبرة ولكن لكي يتم ذلك يجب أن يقوم الكائن الحي بنشاط معين في حين أضاف البعض الآخر سمة أو صفة التحسن حيث يشير إلى أن التعلم هو التحسن المستمر في المعرفة والمهارة العملية عن طريق الممارسة أو التطبيق والذي من الممكن أن يكون في صورة نشاط جسمي أو عقلي يصل به الكائن الحي إلى تعديل أو تطوير خبراته السابقة مع اكتساب خبرات أو مهارات جديدة سواء كان ذلك داخل المؤسسات التعليمية أو خارجها .

وللتعلم أهمية حيوية في ممارسة الفرد لكافة أنواع الأنشطة ومجالاتها المختلفة سواء كانت هذه الأنشطة بدنية في صورة ألعاب أو حركات رياضية وهذا يتطلب من المعلم قدر معين من المهارات وهذا لا يمكن اكتسابه إلا من خلال عملية التعلم .

فمسابقات الميدان والمضمار باختلاف أنواعها علي سبيل المثال (داخل أو خارج الصالات) وكيفية تنفيذ برامجها المختلفة (التنافسية - التعليمية) لا يمكن تعلمها إلا إذا كان الفرد ملماً بمهاراتها المرتبطة بهذا النوع من الأنشطة والذي أقبل عليه وفضله عن غيره ووفقا لميوله ورغباته وفي ضوء قدراته واستعداداته .

وتقع علي مسؤولية معلم التربية الرياضية مهام ثقيلة في التعامل مع أعداد متباينة المستويات والقدرات داخل الوحدات التعليمية أو التدريبية مما يفرض علي المتخصصين إعادة النظر في الأساليب التربوية والتعليمية التي تتلاءم مع هذا الوضع وفي ظل المشكلات التي تواجه العاملين في المجال الرياضي ومن بين هذه الأساليب التي أتجه إليها التربويين ما سمي في السنوات الأخيرة بالتعليم الذاتي .

تشير "عفاف عبد الكريم" (١٩٩٤م) إلى أنه لا يوجد أسلوب واحد من أساليب التدريس يمكن أن يسهم في التنمية الكاملة للمتعلم ، ولكن يمكن أن يوجد أسلوب يحقق بعض جوانب التعلم أفضل من غيره، وقد يرجع هذا التفضيل إلى طريقة التدريس أو لظروف العملية التعليمية أو للإمكانيات المادية أو البشرية ، أو لخصائص المرحلة السنوية للمتعلم ، لذلك فإن المعلم الكفاء هو الذي يستطيع أن يقدم الجديد باستمرار ، ويعرف الكثير عن مداخل كل أسلوب ، مما ينتج عنه أن يكون موقف المتعلم إيجابياً لها ، لا متقبلاً لكل ما يقدم إليه .

ويشير "سعيد الشاهد" (١٩٩٥م) إلى أن مفهوم الأسلوب في مجال التدريس يعني شكلاً متميزاً في تنفيذ الدرس يتخذه المعلم كوسيلة لتعليم الطالب وقد يتبنى المعلم أسلوباً واحداً أو أكثر وقد تفرض المهارة المراد تعلمها أو المراحل السنوية استخدام أسلوب خاص يسهل وصول المعلومات.

وفي مجال التربية البدنية قام "موستون" (٢٠٠٢م) بتقديم مجموعة من أساليب التعليم الذاتي لتعليم المهارات الحركية والتي تحقق العديد من الأهداف التربوية ، حيث توفر الفرص لكي يتعلم كل متعلم حسب قدراته وإمكانياته واستعداداته ، ولعل هذه الأساليب قد تسهم في تعويد المتعلم الاعتماد على نفسه من جهة واكتسابه مهارات التعليم الذاتي من جهة أخرى ، وقد ظهرت عدة فلسفات حديثة تعتبر كل منها أساساً لعدد من الطرق المستخدمة في التدريس والتي يشتق منها عدة طرق تدريسية ونماذج تعليمية متنوعة ومن هذه الأساليب :

١- أسلوب الاكتشاف الموجه :

تشير "عفاف عبد الكريم" (١٩٩٤م) إلى أن أساس هذا الأسلوب هو علاقة المعلم بالمتعلم ، التي فيها يؤدي تعاقب الأسئلة إلى قيام المعلم باكتشاف مجموعة من الاستجابات لهذه الأسئلة ودور المعلم في هذا الأسلوب هو اتخاذ جميع قرارات التخطيط والمتعلم هنا هو محور العملية التعليمية .

٢- أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس (الممارسة) :

يكمن أساس هذا الأسلوب في أن دور المدرس هو اتخاذ جميع القرارات من تخطيط وتقييم ، أما في مجموعة القرارات التنفيذية فيعطي المعلم تسعة قرارات للمتعلم ، وهي : (الأوضاع ، المكان ، نظام العمل ، وقت بداية العمل ، التوقيت والإيقاع الحركي ، الانتهاء من العمل ، الراحة ، المظهر، إلقاء أسئلة للتوضيح) و يعتبر تحويل هذه القرارات التسعة للمتعلم بداية ظهور الحركة الفردية .

٣- أسلوب التعليم الذاتي :

وفيه يتخذ المتعلم جميع قراراته بنفسه ، ويستخدم هذا الأسلوب في أي وقت وأي مكان ، فهو دليل علي مقدرة الإنسان علي أن يدرس ويتعلم وينمو .

٤- أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران :

ويشير " محسن محمد حمص " (١٩٩٧م) إلى أن هذا الأسلوب يعتمد أساساً علي التغذية الراجعة المقدمة من جانب الزميل ، بغرض تصحيح المسار الحركي للأداء ، لبلوغ الهدف من الممارسة ، و يتلخص هذا الأسلوب في شكل طالب يؤدي العمل والطالب الآخر يلاحظ أداء زميله ، ثم يتبادلان الأداء ، أما المعلم فهو يلاحظ كلا من الطالب المؤدي والطالب الملاحظ ، كما أن المدرس يتخذ جميع قرارات التخطيط ولنجاح هذا الأسلوب يجب تزويد الطالب الملاحظ بورقة المعيار التي تصف كل مرحلة من مراحل الأداء ، وأهم النقاط التعليمية لإرشاده للنجاح ، يمكن تقويم هذه المعايير عن طريق ما تقدمه تكنولوجيا التعليم من مستحدثات عصرية في الأدوات والأجهزة العلمية .

٥- أسلوب التطبيق الذاتي (المراجعة الذاتية) :

ويعتمد هذا الأسلوب علي ورقة المعيار الخاصة بالأداء ، وأن دور المتعلم يتمثل في القرارات التسعة للتنفيذ ، بالإضافة إلى قرارات التقويم . ويشمل دور المعلم قرارات التخطيط والملاحظة .

٦- أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات - الواجبات الحركية :

ويعتمد هذا الأسلوب أساساً علي مراعاة مستويات المتعلمين في الفصل الواحد ، حيث يؤدي الحركة من المستوي الخاص به ، والعمل علي إشراك جميع المتعلمين في الأداء في وقت واحد ، كل حسب مستواه ، أي أن هناك ممارسة وتطبيقاً للحركة في نفس الوقت وبمستويات متعددة ، ويكون دور المعلم ملاحظة المتعلم ، وبذلك تراعي الفروق الفردية بين الطلاب .

٨- أسلوب تلقين المتعلم :

في هذا الأسلوب يكون الطالب مؤهلاً للتعرف على استعداداته ، ليتحرك ويكتشف ويصمم البرنامج ، ويؤديه لصالح النماء الذاتي ، ويتعامل مع كل مشكلة بواسطة التجريب والاختبار والاكتشاف لعدد من الحركات التي تحل المشكلات .

٩- أسلوب التدريس المصغر :

يري " بليج " Pleiberg (١٩٨٥ م) أن التدريس المصغر هو إجراء معلمي تدريبي محكم ، يهدف إلى تبسيط الموقف التعليمي في خبرة مركزة يمكن السيطرة عليها ، وضبط متغيراتها ، بالتركيز على مهارة معينة من مهارات التدريس

الفصل الرابع

تطور طرق التدريس

مقدمة Introduction :

لقد تطورت طرق التدريس وتعددت وسأيره فلسفه التربيه الحديثه باستخدام الطريقه القيادها لجماعيه استغلّت تاثير الجماعة على الفرد الذي ينتمي اليها فكونت الجماعات كما لجأت الي تقسيم التلاميذ الي مجموعات متجانسه في بعض الظروف او الي جماعات لها صفات خاصه في ظروف اخرى تبعاً لنوع النشاط الممارس والغرض المراد تحقيقه كما تناول طريقه الشرح اللفظي للدراسه والنقد والتعديل ثم لجأت الي طريقه النموذج الحي مستخدمه في ذلك المعينات السمعيه والبصريه كل في المواقف التي تلائم النشاط الممارس .

واصبح هناك طرق عامه لتعليم اوجه النشاط الحركي وصفات خاصه بصفه عامه اساسيه فالشرح اللفظي مثلاً يمكن استخدامه بصفه عامه في تعليم اي نشاط رياضي سواء اكان فردياً او جماعياً . كما ان هناك طرق خاصه لتعليم اوجه النشاط المختلفه فعند تعليم السباحه مثلاً يتعلم المبتدا اولاً التغلب على الخوف من الماء وذلك بان يقوم باوجه النشاط العادي والعشوائي في الماء كأن يغمر راسه في الماء وهو ممسك بشيء ما يساعده على الوقوف وعدم السقوط في الماء .

وفيما يلي سوف نتناول بعض الطرق العامه في تعليم اوجه النشاط الحركي بشكل عام كما سنتناول بعض الصفات للطريقه الجيده :

صفات الطريقه الجيده :

هناك طرق عامه وطرق خاصه كثيره لتعليم المهارات الحركيه و ليس هناك طريقه واحده يمكن ان توصف بانها احسن او افضل من غيرها لتدريس اوجه نشاط التربيه الرياضيه ولكن بالرغم من ذلك فهناك بضعة صفات او معايير يجب توافرها في اي طريقه لكي توصف بانها طريقه جيده ومن هذه الصفات ما يلي :

- ان تكون العلاقه بين الطريقه و الغرض المراد الوصول اليها واضحه
- ان تجعل الاهداف والاعراض مفهومه لدى التلاميذ
- ان تستخدم الطريقه دوافع التلاميذ
- ان تعمل الطريقه على اشتراك التلاميذ اشتراكاً فعلياً في النشاط
- ان تربط بين النشاط في المنهاج والحياه الاجتماعيه

وفيما يلي شرح لبعض هذه الصفات او المعايير :

ومن اهم المبادئ في التدريس اختيار الطريقة في ضوء الغرض او الاغراض المراد الوصول اليها وهذا يعني انه من الواجب اذن معرفه الغرض المراد تحقيقه قبل محاوله اختيار الطريقه وذلك للعلاقه الوثيقه بينهما والادله على عمق الصله بين الطريقه والغرض كثيره ومنها ما جرى في وطننا العربي فنحن في مصر كنا نبغي الوصول بالمجتمع الى اعتناق الاشتراكيه كمذهب اقتصادي والديمقراطيه كمذهب سياسي وهذا غرض .

فهل ياترى بدائنا نسير نحو هذا الغرض باي طريقه او بطريقه سبقتنا اليها غيرنا ام هل تشاورنا وتدارسنا واجتمعنا لتحديد الطريقه الواجب ان نتبعها للوصول الى غرضنا .

ان اللجنة التحضيريه وما دار فيها من مناقشات من مختلف قطاعات الشعب وما حدث فيها من تضارب في الاراء و اختلاف في وجهات النظر وكذلك تعدد الطرق التي اقترحها الكثير من الاعضاء كل هذا حدث لكي نصل الى الطريقه المثلي الواجب اتباعها للوصول الى الغرض الذي ننشده جميعا وهذا قد يعطي اجابة واضحه على مدى العلاقه التي يجب ان تتوافر بين الغرض والطريقه .

١- فالطريقه ما هي الوسيله التي تتبع للوصول الى غرض معين ولما كان من اهم اغراض التربيه الرياضيه تطور الفرد تطورا يتلاءم مع مصلحه المجتمع فانه من واجب المدرس ان يكون مستعدا للعمل على خلق مواقف تساعد على تهيئه الجو الملائم لاتمام هذه العمليه اكثر مما يعمل لمجرد تحقيق نظريه موضوعية .

٢- فهناك مواقف تضطر الفصل او المجموعه الى ايقاف النشاط الرياضي بسبب بعض الافراد المشاغبين الذين لم يتعلموا كيف يتحكمون في ميولهم ونزعاتهم فان نحن اعطينا مثل هؤلاء الافراد حريه مطلقه دون ان نعلمهم معنى الحريه وكيف تمارس وخاصه في ضوء طريقه ما تنادي بالحريه والتعبير عن النفس نكون قد اخطأنا ، فيجب ان يكون المدرس على وعي تام بالعلاقه بين الطريقه المستخدمه والغرض المراد تحقيقه.

٣- استخدام دوافع المتعلم.

من الحقائق المسلم بصحتها ان التعليم لا يتأتى الا عن طريق نشاط المتعلم نفسه وتفاعله مع الموقف التعليمي ولكن بالرغم من ثبوت هذه الحقيقه واعتراف كل المربين بصحتها الا اننا نجد كثيرا من المدرسين يتصرفون في تدريسهم كما لو كانت عمليه التعليم عباره عن عمليه تشبه نقل المعلومات او المهارات من خزان كبير مرتفع وهو المدرس الى خزان صغير منخفض وهو المتعلم عن طريق نوع من الخراطيم العقليه دون ادنى نشاط او رد فعل من الخزان الصغير .

والدليل على انتشار هذه الظاهرالخاطئه نجد ان كثير من الانديه تستخدم مدريا ما لمجرد ان هذا المدرب ذو مهاره عاليه في هذا النشاط اما مقدرته على تعليم هذا النشاط فهذا امر قد لا يكون في بؤره الاعتبارات و التي على اساسها يتم اختيار المدرب .

فلا يمكن ابدا و باي حال من الاحوال الاقلال من قيمه هذه الحقيقه عند تعليم المهارات الحركيه بالذات فنشاط المتعلم هو الاعتبار الذي يجب ان يوضع فى المرتبه الاولى اما فيما يتعلق بمقدار مهارات المدرس فى اوجه النشاط فلا تظهر اهميته الا عند قيامه بالنموذج للحركه والقيام بالنموذج ليس الا طريقه واحده من طرق تعليم المهارات الحركيه كما انه ليس من الضروري ان يقوم المدرس بنفسه بعمل النموذج بل يمكن ان يقوم بذلك طالب ممتاز فى هذه المهارة ومن هنا يجب ان يكون المدرس او المدرب تربويا ملما بطرق استثناء دوافع المتعلم أو استخدام هذه الدوافع فى ان يجعله يتفاعل مع النشاط الذي يتعلمه .

بعض الطرق العامه المستخدمه فى تعليم المهارات الحركيه :

اذا فرضنا ان التلميذ له رغبه اكيدة فى تعلم ناحيه معينه او اكثر من النشاط الحركي فما هي الطريقه الممكنه التي يتبعها المدرس لتعليم التلميذ هذه المهارات فمن خلال التحليل والدراسه نشير الى ان هناك طرق عامه يمكن المدرس ان يستخدم احداها او عدد منها لتعليم التلاميذ احدى المهارات الحركيه وفيما يلي بعض هذه الطرق.

- ١ هل يقوم المدرس بنموذج للحركه
 - ٢ ان يقوم بالنموذج شخص اخر غير المدرس (طالب ممتاز)
 - ٣ الشرح اللفظي للحركه بواسطه المدرس
 - ٤ استخراج المدرس للرسوم المختلفه والصور او السينما البطيئه التي تبين الطريقه الصحيحه للاداء مع التعليق بالشرح
 - ٥ مساعده التلميذ بدنيا بمعنى تصحيح وضع الجسم اثناء الاداء بالسند مثال تعلم بعض مهارات الجمباز
 - ٦ تحليل المهاره بواسطه المدرس والمجموعه
 - ٧ مطالبه المتعلم بنقض ادائه بنفسه (تقويم ذاتي أو تغذيه مرته)
- مما سبق يتضح لنا ان هناك العديد من الطرق العامه التي يستطيع المدرس من خلالها ان يستعمل احداها او بعضها فى مساعده التلاميذ فى اكتساب المهارات الحركيه.
- فليس هناك طريقه يمكن ان نزع بانها افضل من غيرها من الطرق الاخرى فلكل طريقه مزاياها تبعا للمواقف التي تستخدم فيها الامر الذي يجعلها افضل من غيرها .
- كما انه حين يضع المدرس يديه على الطريقه المناسبه ليس هذا انه قد اصبح ماهرا فى التدريس بل تتطلب المهاره فى التدريس ان يلم المدرس بالنواحي التاليه : -

أولا - اختيار الطريقه وكيفية استخدامها

ثانيا - نسبه الاعتماد على كل طريقه

أولا - اختيار الطريقه وكيفية استخدامها :

فيما يتعلق بتقديم الحركة عن طريق النموذج الشخصي والشرح اللفظي فان هاتين الطريقتين تستخدمان على نطاق عالمي تقريبا وبما ان هاتين الطريقتين واسعه الانتشار بين جميع مدرسي التربية الرياضية فيجب علينا ان نشير الى بعض النقاط الهامة والتي تساعد على استخدامها استخداما مفيدا .

فطريقه الشرح عن طريق القيام بالنموذج قد تزيد فائدتها او تقل تبعاً للكيفية التي استخدمت بها فعلى سبيل المثال اذا فرضنا ان مدرسا اراد ان يعلم التلاميذ سباحه الصدر وقام باستخدام طريقه النموذج حيث قام باداء نموذجي وسرعه قسوه ففي هذه الحاله قد يبعث السرور والاعجاب في نفوس التلاميذ المبتدئين او يثير لديهم الدافع للتعلم ولكن لا يكون قد افادهم من جهه تحليل الحركة تحليلا مفيدا ذلك لان سرعته وخاصه داخل الماء مما يعوق قدره المبتدئ على رؤيه تفاصيل الحركة وتحليلها تحليلا يطبع هذه التفاصيل في مخيلة التلاميذ ولكن المفروض ان ياخذ النموذج شكلا مختلفا تماما حيث يجب ان يتم ببطء وان تكون الحركات خارج الماء على الارض و امام التلاميذ بطريقه تسمح لهم بتحليل هذه الحركات تحليلا يعلق باذهانهم او ان يقوم بنفسه هذه الحركات في الماء وهو معلق في من جهاز يجعله لا يتقدم للامام او على الاقل يتقدم ببطء شديد وهذه هي نفس القاعده التي تتبع عند العرض السينمائي للحركة حيث التحكم في سرعه العرض .

اما فيما يتعلق بطريقه الشرح اللفظي فهناك الكثير من العوامل التي يجب ملاحظتها عند استخدام هذه الطريقه فنغمة الصوت وشدته وارتفاعه او انخفاضه ومخارج الالفاظ وطريقه النطق كل هذه العوامل توجه اهتمام التلاميذ الى النقاط الاساسيه في المهاره او الى استدعاء انتباه الفصل .

هذا بالاضافه الى ان الالفاظ التي تستعمل في شرح موضوع ما يجب ان تكون في مستوى ذكاء المتعلمين وقدرتهم على الاستيعاب والاضاعت كل الفائده التي يرمي اليها المدرس وعلى سبيل المثال عند تعليم الجري السريع او العدو لطلبة الجامعه مثلا يجوز استعمال عبارات كالآتي :

يجب ان تكون حركات الذراعين في مستوى عمودي وموازي لاتجاه حركه الجري ولكن استعمال نفس العبارة تصبح وسيله فقيره لا جدوى منها اذا كان المتعلم طفلا في المدرسه الابتدائيه حيث تصبح كل العبارة غامضه بالنسبه له

ثانيا : - نسبه الاعتماد على كل طريقه

وننتقل الان الى نقطه اخرى الا وهى نسبه الاعتماد على كل طريقه يختارها المدرس وهذه نقطه هامه جدا ، فاذا نحن شرحنا شرحا شفويا وافيا ولم يستخدم النموذج او استخدمناه استخدام غير كافيا او كنا بالعكس أي اعتمدنا على طريقه النموذج و اهمالنا الشرح الشفوي فاننا نكون قد انتهجنا نهجا خطأ ولكن نتوقف نسبه الاعتماد على طريقه معينه دون الاخرى على نوع المهاره نفسها ونوع المتعلم وكذلك طبيعه الموقف التعليمي الخطوات المتبعه في تعليم المهارات الحركيه :

اذا نظرنا الى طرق تعليم المهارات الحركيه بوجه عام لوجدنا انها تتبع خطوات منطقيه تسير وفقا للترتيب الاتي :

الشرح اللفظي (المتعلم يسمع ويفكر)

تقديم نموذج للحركة (المتعلم يشاهد ويفكر)

قيام المتعلم بالحركة تحت ارشاد المعلم (المتعلم يمارس ويكتشف) بالاضافه الى اصلاح الاخطاء و تصحيح الاوضاع .

تدريب المتعلم على الحركة او تكراره لادائها بعد ان يكون قد تفهم الصحيح من الخطا وذلك لتثبيت المهارة المكتسبه .

التقدم بالحركة وذلك باضافه حركات اخرى وزياده الدقه في الاداء (مثال مهارة لا يمكن تجزئتها التصويب)
(مهارة يمكن تجزئتها سباحه)

واجبات اخرى اضافيه لمدرس التربيه الرياضيه :

- الاشراف على الملاعب والاجهزه
- عمل الدفاتر والسجلات ووضع التقارير
- اعداد الترتيبات للايام الرياضيه
- تنظيم واداره المنافسات
- العمل مع بعض الهيئات المحليه كمراكز الشباب
- تنظيم الاجتماعات في المدرسه
- القيام بعمل الاسعافات الاوليه الضرورية
- المساهمه في الاعمال الاداريه في المدرسه
- الاشراف واعمال الامتحانات المعاونه في اداره برامج المنطقه التعليميه
- تنظيم الرحلات والاعداد لها

من الملاحظ من خلال بعض الخبرات والدراسات ان مدرس التربيه الرياضيه يقوم بالعديد من الاعمال الفنيه والاداريه الى جوار عمله الرئيسي كمدرس فقد احصاها بعض الخبراء فوجد انها تزيد عن مئه عمل و مهمه.

برنامج التربيه الرياضيه :

ينقسم برنامج التربيه الرياضيه بالمدرسه الى :

- درس التربيه الرياضيه .
- النشاط ا لداخلي .
- النشاط الخارجي .
- البرامج الخاصه .

وتنقسم الي :

١- فئات ممتازة : وهي التركيز على التدريب الفرق الرياضيه على مستوى المدرسه او المنطقه التعليميه

فئات خاصه : وهي عبارة عن برامج التكيف الاجتماعي والنفسي وتاهيل هؤلاء التلاميذ من خلال الانشطه والبرامج الرياضيه المعدله لتناسب قدراتهم البدنيه كما تميل هذه البرامج الى ان تكون خاصه بكل حاله على حده وذلك لاختلاف شدة الاعاقه .

استخدام القياس والتقويم في الرياضة المدرسية

مفهوم القياس :

هو تقدير الاشياء والمستويات تقديرا كميا وموضوعيا

مفهوم التقويم :

هي العمليه التي تستخدم المقاييس لجمع البيانات وتفسيرها لتحديد مستوياتها حتى يمكن اتخاذ القرار .

مفهوم الاختيار :

يعتبر وسيله لتحقيق اهداف القياس و القياس يعتبر ايضا احد ادوات التقويم وهو نوعان قياس مباشر كما يحدث حين نقيس طول التلميذ مثلا قياس غير مباشر كما يحدث حين نقيس الجلد الدوري التنفسي علاقه القياس والاختبار والتقويم

مثال : لكي يقوم المربي الرياضي بتقويم محتوى البرنامج الذي يقوم بتدريسه لابد وان يقوم بعملية قياس للمهارات الحركيه وعناصر اللياقه البدنيه وبالتالي فلا بد ان يلجا الى بعض الاختبارات الموضوعيه المقننه لكي تحقق اهداف القياس .

الفصل الخامس

الأسس الفلسفية للمعسكرات المنظمة

تعنى المعسكرات المنظمة فى مفهومها أن يعيش الإنسان فى أحضان الطبيعة وأن يتخذ من الطبيعة مجالاً للمعرفة وأن يعيش فى توافق وتناغم مع ما توفره له الطبيعة من إمكانيات ، ومن خلال الحياة مع الجماعة وتحت إشراف ريادة مؤهلة تهيب له الفرص لأن يكتشف وينمى إمكانياته الجسمية والذهنية والاجتماعية وبالتالي تسمو حياته بالكمال والرقى ، وإذا نظرنا إلى أغراض المعسكرات المنظمة عامة فأننا نجد أنها تتلخص فى تنمية الإحساس بأن الإنسان جزء لا يتجزأ من الطبيعة وفى تربية الفرد للحياة الصحية ، والتربية لوقت الفراغ والتربية للحياة الديمقراطية ، والتربية الوجدانية وسنجد أوجه شبه بين هذه الأغراض والأغراض التى سجلتها لجنة المعسكرات فى ج . م . ع . فى مؤتمرها الأول فى القاهرة ١٩٦١م وتتلخص فى :

- ١- تنمية المهارات للمشاركين فى المعسكر .
- ٢- تنمية القدرة على تحمل المسؤولية .
- ٣- تنمية الاعتماد على النفس .
- ٤- تنمية روح المخاطرة .
- ٥- تنمية الإحساس بالجمال وتذوق الطبيعة .
- ٦- تعليم تاريخ وجغرافية مصر .

وللمعسكرات أسس فلسفية تؤيد الاهتمام بها كأحد المجالات الحيوية فى تربية النشئ وسنحاول الآن مناقشة المذاهب الفلسفية الطبيعية ، والتجريبية ، والواقعية والمثالية فى ضوء اشتراكهم فى الأهداف والأغراض التى تتأدى بها حركة المعسكرات المنظمة عامة وفى مصر خاصة :

أولاً - المذهب الطبيعي والمعسكرات المنظمة :

أن أساس هذا المذهب هو أن الطبيعة حقيقية موثوق بها ويمكن الاعتماد عليها ويعتقد الطبيعيون أنه يحتم على الإنسان أن يعيش فى تناغم مع الطبيعة كذلك يعتقد الطبيعيون فى أن الأسلوب العلمى طريق للمعرفة كما يقولون أن القيم المختلفة توفرها الحياة ومتأصلة فى الطبيعة ذاتها وأن الإنسان يحصل على السعادة والأمان فى حياته من خلال أتباع نظام الطبيعة لما هو حادث .

القيم الأخلاقية : فيعتقد بعض الطبيعيون أن الشعور بالسعادة عند الإنسان يجب أن يرقى حتى يصبح أسمى القيم الأخلاقية فى المذهب الطبيعي .

القيم الجمالية : أما من جهة القيمة الجمالية فإن الطبيعيين يبحثون عن الخبرات التى قد فى جوهرها طبيعية .

القيم الاجتماعية : فهى تأتى فى المرتبة الثانية عند الطبيعيين حيث أن اهتمامهم بالفرد يمثل الاهتمام الأول علماً بأنهم يعتقدون فى أن الأفراد جميعاً يعيشون من أجل الصالح العام .

الهدف التربوي :- فيرى الطبيعيون أنه يجب أن يتركز حول الحياة ومظاهرها المختلفة ويجب أن تستخدم المعلومات كي يتمتع الإنسان بحياة أكثر رقىا ويعنى ذلك حالة " الكمال المعيشي " للفرد فى حدود إمكانياته الجسمية والذهنية والاجتماعية .

٤-ثانيا : - المذهب التجريبي والمعسكرات المنظمة :

إن محور المذهب التجريبي هو أن التجربة أساس المعرفة وتحديد قيمة ما نعرف وتمثل نظرة التجريبيين للحياة في اعتقادهم أن الإنسان يتعلم فقط من خلال الخبرة وأن هناك مبدأ نفسي ينادى بأن الفرد يتعلم ما يمارسه وبالتالي فالخبرة أساس للتعلم ، ويعتقدون أيضا أن الإنسان وجد وسيجد من خلال الخبرة حولا لمشاكله وتتسع دائرة خبراته حتى تصبح الحياة بأكملها " خبرة " .

القيم الجمالية : يتمثل التذوق الجمالي عند التجريبيين في طبيعة الخبرة نفسها كما يهتم التجريبيون بالخبرات التي تحوى الجمال والمعنى من خلال طبيعة الإنسان .

القيم الاجتماعية : فهي أساسية عند التجريبيين كما تعتبر التربية لديهم مظهرا اجتماعي ووسيلة لتقدم المجتمع ومنحه حياة افضل من خلال نقل المجتمع الى وضع افضل وأن مبادئ التربية تتمثل في : الصحة ، تأدية الواجبات الأساسية في الحياة ، الفعالية الأسرية ، الفاعلية والكفاءة لمهنة معينة ، الفاعلية في المجتمع ، السمات الخلقية ، التربية الدينية .

القيم الأخلاقية : فالقيم الأخلاقية عند التجريبيين هي ترجمة للمبادئ السابقة في صورة خبرات عديدة يصعب حصرها وأكثر من ذلك فإن التجريبيين يعتقدون في مبدأ الرغبة عند المتعلم والذي سيعمل على تسهيل عملية التعلم ويتوفر هذا المبدأ في المعسكرات حيث أن اشتراك الطالب في المعسكرات يكون بناء على رغبته كما يعتقدون أنه إذا ما صحب عملية التعلم ابتهاج وسرور فإن التعلم يصبح اكثر سهولة واكثر بقاء .

٥-ثالثا : المذهب الواقعي والمعسكرات المنظمة :

إن أكثر ما يميز الفلسفة الواقعية هو نظرياتها حول المعرفة وكيف يحصل الانسان على المعلومات فإذا حاول الإنسان أن يلاحظ أو يدرك بحواسه وجود شئ ما فأنة يحاول أن يعرفه بوجوده كما يتمثل أمام الإنسان أي أن ندرك حقيقة الشئ كما هو في واقعة ويسلم الواقعيون بأن المنطق والتجربة وسيلتان حيويتان للطريقة العلمية والتي تتناسب مع عصر التفسيرات العلمية وأنه يجب على البحث العلمي أن لا يتجاهل قوانين المنطق إذا كانت للنتائج معنى حقيقي .

القيم الأخلاقية : فنجد أن الواقعيون يعتقدون في أن غاية القيم الأخلاقية في عالمنا هذا هو توفير السعادة لغالبية البشر .

القيم الاجتماعية : فنجد الواقعيون يهتمون بالفرد وعلاقاته بالعالم الذي يحيط به اكثر من اهتماماتهم بالمجتمع كوحدة أساسية وبذلك فإننا نجد أن الفرد يمثل اهتمام الواقعيين وليس المجتمع وهذا ما نجده متوفراً في أن محور برنامج المعسكر عامة هو العنصر المشترك أولاً و أخيراً .

الأهداف التربوية : فنجد أن الواقعية تهتم بتحصيل المعلومات المتعددة والمختلفة عن البيئة التي يعيش فيها الإنسان والتكيف لهذه البيئة كما يؤيد الواقعيون حرية الفرد كما يعتقدون في النظرية القائلة بأن الترويح في الخلاء يعمل على تقليل الضغوط النفسية التي تسببها ضغوط الحياة المختلفة .

٦-رابعاً :المذهب المثالي والمعسكرات المنظمة :

تعتبر المثالية أن الإنسان وحده من جسم وعقل وروح وأن عقل الإنسان هو آداه الإنسان في الفلسفة كذلك يعتقد المثاليون في أن الإنسان يستمتع بالحرية في تحديد الطريق الذي يسلكه في حياته ، كما يعتقد المثاليون في أن الطبيعة هي وسيلة الخالق للاتصال بالإنسان وأن المعلومات موجودة في العقل وتخرج من العقل فالعقل هو المفسر كما هو حقيقي وواقع أما من جهة القيم فيعتقد المثاليون أن القيم تستمد أهميتها من قدرة الفرد على تفهم وتدوق هذه القيم فالإنسان يستمتع بما هو موجود في العالم من قيم .

القيم الجمالية: فنجد المثاليون يعبرون عن الفن بأنه " زهرة الحياة " كذلك يهدف الفن إلى وصف المعرفة الفكرية في صورتها الحقيقية .

القيم الأخلاقية والوجدانية : إن اهتمام المثاليون البالغ بالقيم الأخلاقية والوجدانية يؤكد اهتمامهم بالفرد وشخصيته فالمثاليون يهتمون بالشخصية ومالها من قيمة لصاحبها والتي تعتبر تنميتها من أهم أهداف المعسكرات ومن أهم الاعتبارات التي نادى بها المثاليون هي حرية الفرد وتنمية شخصيته وأن محور التربية يجب أن يوجه إلى المعرفة وتنمية العقل وذلك لكي يعرف الإنسان كيف يعلل مسببات الأشياء بطريقة صحيحة .

القيم الروحية : يؤكد المثاليون أن الحياة في الخلاء وسيلة لأن يتذوق الفرد ويتفهم الطبيعة ومن خلال الطبيعة يتعرف الانسان على خالقه ويتأكد من وجوده فهناك عديد من الأنشطة الترويحية في المعسكرات والتي تهيئ الفرص للمشاركين في المعسكر من أن يكونوا قريبين من الله الخالق المبدع لهذه الطبيعة بما فيها الانسان .

* المبادئ الأساسية للتنظيم :

١_ يجب أن يكون تنظيم المعسكر في ابسط صورة .

٢- يجب أن تتوجه السلطة تبعاً للمسؤولين .

٣- يجب أن تتناسب المسؤوليات مع قدرات وإمكانات الأفراد .

٤- يجب أن تأخذ رعاية المشترك المكانة الأولى في اعتبار التنظيم .

٥- يجب أن تتوفر المرونة في الخريطة التنظيمية .

٦- يجب أن يكون التنظيم وسيلة لمقابلة احتياجات الأفراد وليس وسيلة في حد ذاته .

٧- يجب اشتراك كل أعضاء المعسكر في التنظيم لضمان ممارسة الأسلوب الديمقراطي .

تعتبر الطبيعة منذ الخليقة مأوى الانسان على مر الزمان وأثناء صراعه على مر القرون من أجل توفير حياة اكثر سهولة ورفاهية ، فهو اخترع واكتشف وذهب بعيدا إلى القمر ورغم ذلك لم تغب الحقيقة عن عينه ، حقيقة أنه جزء من الطبيعة بل هو اتجه إليها باحثاً عن الراحة والسكون وعاد يمارس بعض المهارات التي كانت في يوم من الأيام مصدرا لرزقه وأصبحت أنشطة يمارسها في أوقات فراغه من أجل الاستمتاع بها وشعوره بالسعادة لتواجده في أحضان الطبيعة وقد كان للتغيرات الاجتماعية أثراً في ازدياد الحاجة الى ممارسة الأنشطة الترويحية في بيئة طبيعية ، وتتمثل بعض هذه العوامل في :

أولاً: التحضر والتمدين .

ثانياً: سرعة التوقيت في الحياة العصرية .

ثالثاً : الآلية والميكنة .

- رابعا: نمط الحياة الحديثة
- خامسا : التجريدية والبعد عن حقيقة الأشياء

أولا : التحضر والتمدين :

يتمثل هذا المؤثر في أن الاتجاه المنتظم إلى الهجرة المستمرة للمدن الكبيرة قد أبعدت الأطفال والكبار عن الحياة تتمثل في البساطة والتلقائية حياة بين أحضان الطبيعة التي توفرها الى حد ما المعيشة في القرى فالزحف إلى المدن الكبرى كان نتيجة طبيعية للصناعات المتعددة والتي تتطلب أيدي عاملة أكثر وبالتالي فهذه العمالة تحتاج إلى مزيد من عملية الانتقال الى المدن الصناعية فصراع الانسان كان من أجل الوصول إلى الحياة الحضرية التي تسهل حياته وبالتالي فإن عجلة التقدم لن تقف ولن يتمكن الانسان من دفع عجلة التاريخ الى الوراء فبتالي لن يعود الانسان إلى حياة الخلاء كما كان ولكن فأننا نجد الإنسان يبحث من خلال أنشطة الخلاء والتي يتمثل بعضها في المعسكرات عن مأوي يجد فيه الراحة والسكون .

ثانيا : سرعة التوقيت في الحياة العصرية :

لقد أبعدت الحياة العصرية بطبيعتها الانسان عن التعبير الابتكاري والابداع في عمله وهذا ناتج عن التخصصية في الاعمال ، والصراعات والضغوط في حياتنا تجعل الانسان يهرب من الاماكن المزدحمة إلى الاماكن الخلوية ويكفي أن نلقى نظرة على المواصلات من ازدحام وضجيج يؤثر على المارة كذلك فإن سرعة الحركة جعلت الحاجة ماسة إلى الاسترخاء والهدوء ومن ثم العودة إلى كل ما هو طبيعي وهذا مما جعل لحركة المعسكرات أهمية كبيرة ممثلة في الحياة البسيطة ولذلك أهتم التربويون بالأهمية الذاتية والشخصية وتكاملها وأصبح مبدأ التربية لتكامل الشخصية من أهم أغراض التربية الحديثة وقد ظهر هذا واضحا في أغراض المعسكرات .

* **قد كانت للتغيرات الاجتماعية أثرا في ازدياد الحاجة الى ممارسة الأنشطة الترويحية في بيئة طبيعية :**

- ١-التحضر والتمدين .
- ٢- سرعة التوقيت في الحياة العصرية .
- ٣- الآلية و الميكنة .
- ٤- نمط الحياة الحديثة .
- ٥- التجريدية والبعد عن حقيقة الأشياء .

* **إن للحياة العصرية الحديثة أثرا في ظهور بعض الاحتياجات الإنسانية منها :**

- ١- الحاجة إلى الحياة الابتكارية .
- ٢- الحاجة إلى اللياقة البدنية والذهنية .
- ٣- الحاجة للعودة إلى الطبيعة وحياة الخلاء .
- ٤- الحاجة إلى الشعور بالسعادة الوجدانية .

ثالثا : الآلية والميكنة :

يعمل هذان المؤثران بطريقة متوازية فقد عملا على توفير الوقت الفائض بعد العمل بينما لم يوفر الفرص لتنمية المعلومات والمهارات وتنمية الاتجاهات للاستخدام السليم لوقت الفراغ ، فقد نتج عن استخدام الآلة تقليل ساعات العمل

كذلك سهولة الأداء ورغم ذلك لم ينجح الانسان فى استخدام هذا الوقت المتوفر أو استخدامه بطريقة ابتكارية مما عمل على ازدياد الحاجة الماسة إلى التربية الترويحوية فى الخلاء .

رابعاً : نمط الحياة الحديثة :

إن حياة التصنيع والآلية أبعدت فرص التدريب البدنى والنشاط الجسمانى للفرد وهذا فى حد ذاته يتطلب البحث عن مجال عمل يساعد على تنمية اللياقة سواء اللياقة الجسمانية أو الذهنية أو العاطفية .

خامساً : التجريدية والبعد عن حقيقة الأشياء :

إننا عالمنا المتحضر بقله الاهتمام بجوهر الأشياء وحقيقتها ، فعالمنا عالم الشكليات عالم يهتم بالكلمات فالأفكار التجريدية أكثر من الحقائق الواقعية فكان نشاط الخلاء والمعسكرات مأوى للإنسان ليجد الأشياء على حقيقتها فلا مكان فى الطبيعة للتصنيع والشكليات بل للتقائمية وجوهر وحقيقة الأشياء .

* بعض الاحتياجات الحديثة لإنسان العصر :

إن للحياة العصرية الحديثة أثر فى ظهور بعض الاحتياجات الإنسانية منها :

أولاً : الحاجة الى الحياة الابتكارية :

يقول (هارلود اندرسون) أستاذ علم النفس فى جامعة ولاية " ميتشجان " أن الابتكارية والإبداع هى أن يكون الإنسان على علم ودراية بالعالم الذى يحيط به من أشياء وأشخاص فالابتكارية والإبداع تعبر عن نفسها وتتمثل فى الشعر ، الفن ، الموسيقى فالصغير والكبير يبحثان عن وسائل تعبر عن مشاعرهما الداخلية و بديهي فإن لكل إنسان لمحة من الابداع تبحث عن وسيلة للظهور .

فالحياة العصرية بطبيعتها أبعدت الإنسان عن الابتكار والإبداع فكان إلزاما علينا أن نهتم بالمعسكرات والتي هى مسرحة يتألق فيه الإبداع والابتكار .

ثانياً : الحاجة إلى اللياقة البدنية والذهنية :

لقد كان التصنيع سبباً من أسباب ظهور أمراض العصر كما يقول البعض ويتمثل بعضها فى الاكتئاب والضغط والقلق والأرق وهذه الأمراض تؤثر بالطبع فى لياقة الفرد فالحاجة إلى اللياقة الجسمانية نتجت من حياة تتسم بالتكامل وعدم الحركة الكافية لتنمية اللياقة البدنية ، فصفاء الذهن والقدرة على التفكير السليم يحتاج إلى بيئة تهيأ الفرص لتنمية إمكانيات الفرد الذهنية فالطبيعة والخلاء وسيلة هامة تعمل على تنمية اللياقة الجسمانية والذهنية للأفراد لذا كان من الواجب الاهتمام بها فى ضوء هذه الاحتياجات .

ثالثاً : الحاجة إلى العودة إلى الطبيعة وحياة الخلاء :

إن مجتمعنا الآن تزداد فيه نسبة المنتقلين من القرى إلى المدن وتقل فيه تبعاً الرقعة الخضراء وعليه فقد وجب علينا أن نبحث عن الوسائل التى تنمى اتجاهات أفراد مجتمعنا نحو تنويع الطبيعة ومواردها وصيانتها وتقدير العلاقة الأبدية بين الإنسان والأرض ، وقد عبر علماء النفس التعليمي وعلماء الاجتماع عن الافتقار الكثير فى الاحتكاك بين الأفراد والموارد الطبيعية التى توفر له المأكل والملبس والمسكن فقد ترك غالبية الأفراد الريف متجهين إلى المدن بحثاً عن

العمل والحياة السهلة التي توفرها المدينة وبالتالي فقد ذهبوا بعيداً عن الأرض ويؤكد كثيراً من علماء النفس ضرورة الاحتكاك بالطبيعة فهذا ضروري لعملية النمو الطبيعية للفرد .

رابعاً : الحاجة إلى الشعور بالسعادة والوجدانية :

لقد اتسمت الحياة العصرية بالمادية وكلما أهتم الأفراد بالماديات بعدوا كل البعد عن الروحانيات والوجدانيات ، فحياة الخلاء توفر إمكانات عديدة لتنمية القيم الخلقية والروحية والوجدانية وإننا لا ننكر أن الخبرة في الخلاء توفر الفرص للتنعم والإمعان وللتساؤلات عن مسببات الكون .

فالسكينة والهدوء توفران التأمل والتدقيق للجمال الطبيعي وكذلك العبادة والتي تتمثل في مظاهر وجود الخالق .

* مميزات نشاط الخلاء كنشاط تروحي :

- ١- يهيئ الفرص للتواجد في الخلاء وبين أحضان الطبيعة .
- ٢- يمكن للفرد أن يمارس الأنشطة الترويحية الخلوية في أي مرحلة من مراحل العمر .
- ٣- هناك فرص عديدة لتنمية شخصية الممارس للأنشطة الخلوية ويتمثل ذلك في الاعتماد على النفس ، والقدرة على التكيف والتوافق مع الجماعة التي يعيش فيها في مجتمع المعسكر مثلاً .
- ٤- الترويح الخلوي يتطلب تفهم المفاهيم الأساسية للحياة واعتماد الكائنات الحية بعضها على بعض كذلك باعتماد الإنسان على الطبيعة .

* أشكال النشاط التروحي الخلوي :

١. أنشطة خاصة بالعلوم الطبيعية :

. أنشطة استكشافية .

. أنشطة خاصة بالتجمع .

. أنشطة متمثلة في تربية الحيوانات .

. أنشطة متمثلة في الملاحظة والتجريد .

٢. أنشطة خاصة بالفنون اليدوية .

٣. أنشطة خاصة بحياة الخلاء .

٤. ألعاب ورياضات يمكن ممارستها في الخلاء .

٥. الرحلات الخلوية .

* أشكال النشاط التروحي الخلوي :

أولاً - أنشطة خاصة بالعلوم الطبيعية : وتتمثل في :

(١) أنشطة استكشافية :

وتتنظمها هيئات أو أندية أو مدارس أو مراكز للطبيعة وقد يكون الغرض منها تحديد أنواع الأشجار مثلاً أو

النباتات أو الطيور أو ملاحظة ودراسة النجوم .

(٢) أنشطة خاصة بالتجميع :

وهى أنشطة تشبع رغبة الإنسان فى الامتلاك والتجميع ويتمثل ذلك فى جمع الأصداف والأحجار ٠٠٠ إلخ ٠

(٣) أنشطة متمثلة فى تربية ورعاية الحيوانات والطيور :

فهذه الأنشطة من أمتع الخبرات للصغير والكبير فهي تهيئ الفرص للصغار كي يتعلموا الكثير من النمو فى

الكائنات الحية ٠

(٤) أنشطة تتمثل فيها الملاحظة والتجربة :

ونرى ذلك فى محاولة تتبع حالة الجو من خلال محطة جوية أو عمل تجارب لزرع بعض النباتات وتسجيل

المشاهدات وهذه الأنشطة توفر فرص تعليمية عديدة ٠

ثانياً - أنشطة خاصة بالفنون اليدوية :

١- الفنون اليدوية باستخدام المواد الطبيعية من أصداف أو أحجار أو أخشاب ونباتات ٠

٢- مشروعات بناء بعض الأدوات المستخدمة فى المعسكرات ٠

ثالثاً - أنشطة خاصة بحياة الخلاء :

وتتمثل فى المعسكرات والتي تتطلب بعض المهارات كما فى إيقاد النار أو الطهو فى الخلاء ، وكذلك تقطيع

الأخشاب واستخدام البوصلة والخرائط ٠٠ الخ ٠

رابعاً - ألعاب ورياضات يمكن ممارستها فى الخلاء :

معظم الألعاب والرياضات يمكن ممارستها فى الخلاء وهى بالتالى لا تتطلب التنظيم الدقيق كما لا تتطلب من

ممارسيها دقة الأداء فهى ما إلا وسيلة للترفيه والمتعة ، كما هناك رياضات مثل الصيد والسباق والتزحلق على الماء

والتسلق ٠٠ الخ ٠

خامساً : الرحلات الخلوية :

تعتبر الرحلات الخلوية إحدى الأنشطة الترويحية الخلوية ويمكن ممارستها فى مجموعات أو يمارسها الفرد وحدة

أو مع عائلته وعادة ما تستخدم الدراجات أو الأتوبيسات أو السيارات الخاصة كوسيلة للمواصلات ويتوقف ذلك على

طبيعة الرحلة والغرض منها والميزانية المتوفرة ٠

* مفهوم المعسكرات المنظمة :

تعنى المعسكرات المنظمة أن يعيش الإنسان فى أحضان الطبيعة وأن يتخذ من الطبيعة مجالاً للمعرفة وأن يعيش فى تناغم وتوافق مع ما توفره له الطبيعة من إمكانيات ، ومن خلال الحياة مع الجماعة وتحت إشراف الريادة المؤهلة تهيئ له الفرص لأن يكتشف وينمى إمكانياته الجسمية والذهنية والاجتماعية وبالتالي تسمو حياته بالكمال والرقى .

* المعسكرات المنظمة :

تعنى المعسكرات المنظمة خبره لحياة الجماعة فى بيئة طبيعية ولمدة معينة وتحت إشراف ريادة مؤهلة ، وتعتبر المعسكرات بيئة مثالية لتنمية الفرد جسمانياً وعقلياً واجتماعياً ووجدانياً من خلال المعيشة التعاونية فى الخلاء .

* مميزات نشاط المعسكرات المنظمة :

- ١- إن طبيعة الحياة فى الخلاء توفر الفرص للشعور بالسعادة لما يتوفر فيها من هدوء وسكينة وفيها يشعر الإنسان بارتباطه الوثيق بكل ما هو طبيعى وأنه جزء لا يتجزأ من الطبيعة .
- ٢- يعيش الفرد فى المعسكر يومه كاملاً بكل كيانه واحساسيه وانفعالاته المختلفة فى حياة المعسكر لا تتاح فرص للتصنيع أو التكيف .
- ٣- تهيئ حياة المعسكرات الفرص للفرد أن يواجه مواقف حقيقية فى الحياة تحتاج منه أن يعتمد على نفسه بعيداً عن والديه .
- ٤- تعتبر المعيشة فى جماعات صغيرة أساس الحياة فى المعسكرات وهذا فى حد ذاته يوفر الفرص للتعامل الأسرى كما يوفر فرص الانتماء إلى تلك الجماعة الصغيرة .
- ٥- إن خبرة المعسكرات المنظمة يميزها الريادة المؤهلة التى تعمل على غرس العادات والعلاقات الطيبة بين الأعضاء بعضهم البعض وكذلك بين الأعضاء والرواد .
- ٦- إن أساس البرنامج التعليمي فى المعسكرات المنظمة هو الخبرة والممارسة الفعلية وبالتالي فإن التعليم يكون باق الأثر وكذلك لا تنسى الخبرة التعليمية بسهولة .
- ٧- نشاط المعسكرات كإحدى الأنشطة الترويحية الخلوية تتوفر فيه حرية اختيار العضو للاشتراك فى المعسكر وبالتالي يتوفر مبدأ الاستعداد الفعلي للتعلم وبالتالي فإن العملية التعليمية تصبح أسهل وأسرع .

* الأهداف والأغراض العامة للمعسكرات المنظمة :

١. تنمية الإحساس بأن الإنسان جزء لا يتجزأ من الطبيعة .
٢. التربية للحياة الصحية والأمن والسلامة .
٣. التربية لوقت الفراغ أو التربية الترويحية .
٤. تنمية الشخصية .
٥. التربية للحياة الديمقراطية .
٦. التربية الوجدانية .

أولاً : تنمية الإحساس بأن الإنسان جزء لا يتجزأ من الطبيعة :

يعتمد الفرد في حياة المعسكرات على الطبيعة في إشباع بعض الاحتياجات البدنية متمثلة في التسلق و الجري والصيد ، كذلك فالحياة بجوار البحيرات أو على شواطئ البحار تعطي إحساساً بالنشوة بالعودة إلى الطبيعة والقدرة على ممارسة الحياة البسيطة والشعور بالاطمئنان والهدوء .

ويمكن تنمية الإحساس بأن الإنسان جزء لا يتجزأ من الطبيعة من خلال :

- تنمية التذوق لعالم الطبيعة .
- تنمية الإحساس والمسئولية في الحفاظ على المصادر الطبيعية .
- دراسة وتفهم اعتماد الإنسان على الطبيعة .

ثانياً : التربية للحياة الصحية والأمن والسلامة :

توفر حياة المعسكرات فرصاً عديدة لتعلم مبادئ الصحة وإتباع عادات صحية سليمة من خلال تنظيم مواعيد تناول الوجبات الغذائية وكذلك نوعية وكمية الغذاء التي يحتاجها الفرد في كل وجبه كذلك الصحة النفسية والتي هي جزء من صحة الفرد ، ويمكن تهيئة الفرص لتنمية العادات الصحية من خلال :

- تنمية العادات الغذائية من حيث توقيت ونوع وكمية الغذاء المقدم .
- تنمية الصحة الإيجابية عن طريق ممارسة عادات صحية إيجابية .
- تنمية القدرة على التكيف مع العيوب الجسمانية .
- تنمية وممارسة مهارات توفر الأمن والسلامة في الخلاء .

ثالثاً : التربية لوقت الفراغ أو التربية الترويحية :

تعتبر تنمية إمكانيات الفرد البدنية ، والذهنية والاجتماعية واستخدامها في نشاط ترويحي من أهم أغراض المعسكرات المنظمة ، ويمكن تحقيق ذلك من خلال :

- تنمية مهارات مختلفة يمكن للممارس استخدامها في وقت فراغه .
- تنمية القدرة الابتكارية في المهارات الترويحية .
- تنمية تذوق حياة الخلاء .

رابعاً : تنمية الشخصية :

هناك فرصاً عديدة في المعسكرات المنظمة لمقابلة احتياجات عاطفية للأفراد مثلاً كالإحساس بالأهمية الذاتية والانتماء إلى جماعة معينة فهناك إمكانيات معينة قد لا تظهر في جو المدرسة أو المنزل ولكنها تنطلق في جو المعسكرات المنظمة والتي يكون للريادة المؤهلة فيها دوراً رئيسياً في تنمية شخصية الجماعة ويتوفر ذلك من خلال :

- تنمية الاعتماد على النفس .
- التكيف للإمكانيات الجسمانية .
- البعد عن تحكم الأبوين .
- تنمية الإحساس بقيمة الفرد من خلال انتمائه لجماعة معينة .
- تنمية الإحساس بالمسئولية .

خامساً : التربية للحياة الديمقراطية :

إن المعسكرات تتيح فرصاً لتوفير الخبرة لممارسة الأسلوب الديمقراطي والحياة التعاونية من خلال عضوية مجالس الوحدات ومجلس المعسكر للتعبير الحر عن آراء واتجاهات الأعضاء ويتم تحقيق غرض التربية للحياة الديمقراطية من خلال :

- الإحساس بأهمية الفرد .
- تنمية القدرة على التحليل والحكم وإصدار القرارات .
- تنمية الإحساس بالتفهم الاجتماعي وتحمل المسئولية .
- تنمية القدرة على فهم وتقدير قيمة الفرد كل على حدة .

سادساً : التربية الوجدانية :

تعنى التربية الوجدانية تنمية المعاني الروحية والقيم الوجدانية التي تتمثل في القدرة على العطاء ، والحب والولاء والعطف والاحترام والتضحية ويمكن للتربية الوجدانية أن تجد مكانها في المعسكرات المنظمة من خلال :

- محاولة تفهم الآخرين من مختلف الديانات والأجناس المتواجدة في المعسكر .
- تنمية الإحساس بالقيم الدينية من خلال تفهم الطبيعة التي تتجلى فيها قدرة الخالق .
- تنمية الإحساس بالاطمئنان في عالم منظم .
- تنمية التذوق الجمالي للأشياء الطبيعية .

* تقسيم المعسكرات المنظمة :

أولاً : بالنسبة للهيئة المنظمة : إما أن تكون وزارة أو جامعة أو مدرسة أو نقابة .

ثانياً : بالنسبة للأعضاء المشتركين : إما أن يكونوا طلبه أو عائلات أو مسنين .

ثالثاً : بالنسبة للمدة : هناك معسكرات اليوم الواحد ومعسكرات نهاية الأسبوع ومعسكرات طوال فصل الصيف .

رابعاً : بالنسبة للرغبات الخاصة : وقد تكون معسكرات رياضية أو فنية أو معسكرات تدريب لمهارات خاصة .

خامساً : بالنسبة للأغراض الخاصة : مثل المعسكرات الخاصة بالمتأخرين عقلياً أو المعسكرات الخاصة بالمعوقين جسمانياً .

* المعسكرات المنظمة في مصر :

بدأت حركة المعسكرات المنظمة مع بداية الحركة الكشفية في مصر في عام ١٩١٨م ، وقد اشتركت مصر في أول مؤتمر دولي للكشافة عقد في باريس عام ١٩٢٢م ، وفي عام ١٩٢٤م ، اشتركت مصر في المعسكر الدولي للكشافة الذي عقد في الدنيمرك وكذلك اشتركت مصر في المؤتمر الكشفي الدولي الثالث الذي عقد في " كونهاجيه " في نفس العام .

وبعد ظهور الحركة الكشفية وحركة المرشدات ظهر عدد من منظمات الشباب مثل جمعيات الشبان والشابات المسلمين والمسيحيين .

وبعد مغادرة معظم القوات الإنجليزية مصر عام ١٩٤٧م ، اتخذت المنظمات المختلفة للشباب مواقع المعسكرات الإنجليزية مواقعاً للمعسكرات المنظمة في مصر .

ومنذ بداية هذه المعسكرات وأغلب العاملين بها من رواد التربية الرياضية أو الضباط القدامى في الجيش مما أعطى لبرامجها لوناً خاصاً .

وكان الاعتقاد الأسمى أنه من أجل بناء مجتمع سليم يجب على الدولة أن تنشئ شباباً سليماً فقد أنشئ مجلساً أعلى لرعاية الشباب عام ١٩٥٤م ، وكان هدفه الأول هو خلق المواطن السليم جسماً وعقلياً وخلقياً وكذلك خلق المواطن الذي يعرف حقوقه وواجباته ، وفي عام ١٩٦٢م ، تأسست أول وزارة من نوعها للشباب وغرضها هو رعاية الشباب ، وتعمل تلك الوزارة على الإشراف على منظمات الشباب سواء كانت في القطاع الحكومي أو القطاع الأهلي ، وقد سجلت لجنة المعسكرات أهداف المعسكرات في مصر كالاتي :

- ١- تنمية المهارات للأعضاء المشتركين في المعسكر .
 - ٢- تنمية القدرة على العمل مع الجماعة وتحمل المسؤولية .
 - ٣- تنمية الاعتماد على النفس .
 - ٤- تنمية روح المخاطرة .
 - ٥- تنمية الإحساس بالجمال وتنوq الطبيعة .
 - ٦- تعليم تاريخ وجغرافية مصر .
- . وفي تقرير المجلس الأعلى لرعاية الشباب سجلت الأنواع التالية للمعسكرات في مصر :

- ١- معسكرات العمل .
- ٢- معسكرات الخدمة العامة .
- ٣- معسكرات العمال .
- ٤- معسكرات التدريب .
- ٥- معسكرات اليوم الواحد .
- ٦- معسكرات أعداد القادة .
- ٧- المعسكرات الترويحية .

- ٨- معسكرات الكشافة والمرشدات
- ٩- المعسكرات العائلية
- ١٠- معسكرات خاصة

١. معسكرات العمل :

وهي مقسمة إلى معسكرات دولية وأخرى محلية وفيها يأتي الشباب من مختلف الدول ليعمل ويعيش مع الشباب المصري في مدة لا تقل عن عشرة أيام لكل دفعة ويشترك فيها طلبة الكليات .

٢. معسكرات الخدمة العامة :

والغرض من هذه المعسكرات هو رفع مستوى المعيشة أو تحسين البيئة وتتراوح المدة لكل دفعة من عشرة أيام إلى أسبوعين ويشترك فيها طلبة المدارس الثانوية .

٣. معسكرات العمال :

يقام هذا النوع من المعسكرات مرتين سنوياً لكل مشترك ومدته حوالي ١٠ أيام للفوج .

٤. معسكرات التدريب :

ويختلف نوع هذه المعسكرات تبعاً لنوع التدريب المطلوب سواء تدريب لرواد أو التدريب لرياضة معينة .

٥. معسكرات اليوم الواحد :

بدأت هذه المعسكرات عام ١٩٦١م ، وهي تختص بأطفال المدارس الابتدائية فيقضى الطفل معظم اليوم بعيداً عن الضوضاء والحياة المنزلية ، والإغراض التي يمكن تحقيقها خلال تلك المعسكرات :

- تذوق الطبيعة .
- احترام قواعد وقوانين المعسكر .
- الاعتماد على النفس .
- التكيف مع الجماعة .
- تكوين صداقات مع زملاء في نفس السن .

٦. معسكرات إعداد القادة :

ويشترك فيه طلبة وطالبات الكليات والمعاهد والذين لديهم القدرة الريادية ولا تقل مدة هذا المعسكر عن أسبوعين للفوج .

٧. المعسكرات الترويحية :

الغرض من هذه المعسكرات الترويحية وتتراوح المدة من أسبوع إلى عشرة أيام للفوج .

٨. معسكرات الكشافة والمرشدات :

وتعتبر هذه المعسكرات جزءاً هاماً من برنامج الكشافة والمرشدات .

٩. المعسكرات العائلية :

إما أن تكون منظمة أو غير منظمة وتقوم بها العائلات التي ترغب حياة الخلاء .

١٠. معسكرات خاصة :

وتقدم لمجموعات خاصة كالمختلفين عقلياً أو المضطربين عاطفياً ٠٠٠ الخ ٠

* تقسيم المعسكرات تبعاً للهيئات :

- معسكرات تابعة للقطاع الأهلي والشركات والمصانع ٠
- معسكرات تابعة لمنظمات الشباب/معسكرات تابعة للوزارات ٠
- معسكرات تابعة للمدارس والجامعات والمعاهد ٠

* تقسيم المعسكرات تبعاً للمشاركين :

- معسكرات أطفال، معسكرات طلاب وطالبات المرحلة الإعدادية ٠
- معسكرات طلبة وطالبات الجامعات والمعاهد ٠
- معسكرات العائلات والعمال والفلاحين والخواص ٠

* تقسيم المعسكرات تبعاً للمدة :

- معسكرات طويلة المدة من ٣ أسابيع إلى أربعة أسابيع للفوج ٠
- معسكرات قصيرة المدة من أسبوع إلى عشرة أيام للفوج ٠
- معسكرات اليوم الواحد ٠

* المبادئ الأساسية للتنظيم :

هناك مبادئ أساسية لها أهميتها عند تنظيم المعسكرات مهما اختلفت الخريطة التنظيمية للمعسكر ومن أهم هذه

المبادئ ما يلي :

- ١- يجب أن يكون الإشراف المتوفر للخريطة التنظيمية حسب الحاجة ٠
- ٢- يجب أن يكون تنظيم المعسكر في أبسط صورة ٠
- ٣- يجب أن يوفر التنظيم الفرص للمشاركين في المعسكر للتعبير الحر والاشتراك الفعلي في أوجه النشاط في المعسكر ٠
- ٤- يجب أن تفوض السلطة تبعاً للمسؤولين ٠
- ٥- يجب أن تتناسب المسؤوليات مع قدرات الأفراد وإمكانياتهم لتحمل تلك المسؤوليات ٠
- ٦- يجب على كل الأفراد العاملين في المعسكر التعرف على وظائف كل منهم ٠
- ٧- يجب أن تأخذ رعاية المشترك في المعسكر المكانة الأولى في الاعتبار عند التنظيم ٠
- ٨- يجب أن تتوفر المرونة في الخريطة التنظيمية حتى تقابل الاحتياجات والظروف المتغيرة ٠
- ٩- يجب أن يأخذ المظهر الإنساني أسمى القيم التي يعمل التنظيم على تحقيقها ٠
- ١٠- يجب أن يكون العاملون في المعسكر على علم تام بأغراض المعسكر حتى يكن هناك فاعلية في العمل ٠

- ١١- يجب اعتبار التنظيم وسيلة لمقابلة احتياجات الأعضاء وليس غاية في حد ذاته .
- ١٢- يجب اشتراك كل أعضاء مجتمع المعسكر في التنظيم لضمان ممارسة الأسلوب الديمقراطي .

* مبادئ ووظائف الإدارة في المعسكرات :

- أولاً : تحقيق أهداف المعسكرات الذي يتمثل في تنمية الفرد والجماعة ولا يعنى هذا الأعضاء المشتركين في المعسكر فقط بل كل عضو في المعسكر ، من مدير المعسكر إلى الطهارة وعمال الصيانة .
- ثانياً : تسهيل وظائف كل عضو من أعضاء المعسكر وتوفير الإمكانيات والأجهزة والأدوات اللازمة وتمهيد الطرق لفاعلية نشاط هيئة الريادة وكذلك الأعضاء المشتركين .
- ثالثاً : حفظ وحماية المعسكر كمؤسسة ويتطلب ذلك الإشراف القانوني على العمليات المختلفة التي تحكمها لوائح خاصة وكذلك الإشراف على تطبيق هذه اللوائح فالإدارة مسئولة أيضاً عن حماية منشآت المعسكر كما هي مسئولة على المحافظة على العهد والثقة التي أولاها المجتمع في أن المعسكر " مؤسسة " .
- رابعاً : توفير الفرص للحياة بطريقة ديمقراطية فالأسلوب الديمقراطي لا يمكن الوصول إليه إلا عن طريق الممارسة الفعلية وتدريب الشباب على المهارات التي يتطلبها العمل مع الجماعة .
- خامساً : الاستخدام الفعال للعمليات الإدارية والتي تتمثل في تحديد الهدف من إقامة المعسكر ، التخطيط ، التنظيم ، التنسيق ، التوجيه ، المراقبة ، التقييم .

* مميزات المعسكرات كإحدى أنشطة الخلاء :

- تتميز المعسكرات كإحدى أنشطة الخلاء بمميزات لا تضارعها وسيله أو نشاط ترويحي آخر من الأنشطة الترويحية المتعددة بالمميزات الآتية :
- أولاً : يتوفر في الاشتراك في المعسكر مبدأ حرية الاختيار أي أن الاشتراك في المعسكر ليس إجبارياً مما يوفر هذا المبدأ كما ذكر علماء النفس استعداد ذهنياً للفرد لأن يتعلم ويتقبل الخبرة في المعسكر مما يجعل من العملية التعليمية أكثر سهولة وأكثر اقتصاداً .
- ثانياً : هناك تحكم وسيطرة على بيئة المعسكر سواء من البيئة الاجتماعية أو البيئة العاطفية .
- ثالثاً : يتصف مجتمع المعسكر بصغر الحجم نسبياً وبالتالي يتوفر عنصر البساطة فالجماعات الصغيرة نوعاً ما من الممكن التحكم فيها في إيقاع الحياة اليومية في المعسكر، وبالتالي تقل الضغوط .
- رابعاً : توفر البيئة الطبيعية في المعسكر الفرص الغير محدودة لكي يتعلم الأعضاء من خلال الممارسة الفعلية والمحاولة والخطأ التعلم في البيئة الطبيعية للأشياء .
- خامساً : إن عنصر الريادة التي توفره المعسكرات يكون بنسبة أعلى من أي نسبة في أي مجال ترويحي آخر خاصة وأن رائد الجماعة عادة ما يكون معها طوال أربع وعشرين ساعة تقريباً أي في مختلف المواقف التي يمر بها أعضاء الجماعة في حياتهم اليومية مما يكون له أثره الكبير في العملية الريادية والتأثير على آراء واتجاهات وأنماط وسلوك الأعضاء .

* الإعداد لمشروع معسكر (.....) :

أولاً : الغرض من المعسكر .

ثانياً : التخطيط .

ثالثاً : التنظيم ويضم :

١- تصميم الهيكل التنظيمي .

٢- تقسيم الأعمال إلى لجان

٣- تحديد الواجبات والسلطات .

٤- وحدة نطاق الأشراف .

٥- التنسيق .

رابعاً : التوجيه :

١- الاتصال المباشر وغير المباشر .

٢- القيادة .

خامساً : التقويم .

* الإعداد لمشروع معسكر :

أولاً : الغرض من المعسكر :

إن تحديد الهدف من المعسكر يحدد خط سير واتجاه العمل في المعسكر ، وبالتالي سيتحدد نوع وحجم وإمكانات هذا المعسكر ، فإذا أخذنا مثلاً تنمية الشخصية كأحد أغراض المعسكرات فإن هذا سيكون أساساً لتحديد طبيعة المصادر المطلوبة لتحقيق هذا الغرض ، ومن الأغراض العامة للمعسكرات ما يلي :

- تهيئة الفرص لأفراد المعسكر لإشباع رغباتهم الإجتماعية والبدنية والذهنية .
- تنمية القدرة على العمل مع الجماعة وتحمل المسؤولية .
- تنمية القدرة على الاعتماد على النفس .
- تنمية القدرة على تقبل الآخرين باختلاف الدين والجنس والثقافة والمستوى الاجتماعي والاقتصادي .

ثانياً - التخطيط :

والتخطيط يعنى الاستعدادات والترتيبات المنظمة التى توضع فى الاعتبار مقدماً لهيكل تنظيم الجماعة والريادة وإدارة الأعمال والخدمات الصحية والأدوات وصيانة المباني وغيرها ، كما يجب أن يوضع فى الاعتبار أثناء العملية التخطيطية دراسة واضحة ودقيقة تكون أساس لمشروع مقترح ألا وهو المعسكر المطلوب إقامته وتحوى هذه الدراسة المصادر المادية والبشرية المتاحة أثناء التخطيط للمعسكر .

وفى صدد عملية التخطيط نقوم بوضع العديد من التساؤلات مع الإجابة عليها :

أ . ما هو نوع المعسكر ؟ (معسكر لطلاب الجامعة المتفوقين رياضياً) .

ب . أين موقع المعسكر ؟

ويتم تحديد موقع المعسكر بناء على اجتماع مجلس الإدارة لاختبار المكان الملائم لإقامته ، ويجب أن يكون ذلك بناء على معلومات مؤكدة عن المواصفات المطلوبة في المعسكر كما يجب أن يذهب أحد المسؤولين إلى الموقع المختار ومعايشته للتأكد من صلاحيته .

ومن الشروط الواجب توافرها في موقع المعسكر ما يلي :

- قريبة من موارد المياه .
- بُعد الموقع عن المصادر الضارة بالصحة .
- سهولة الوصول إلى مكان المعسكر .
- إمكانية التموين .
- صلاحية البقعة من حيث المساحة .
- أن يكون قريباً من الخدمات الصحية (مستشفى) .
- ج . ما هي مدة المعسكر ؟ (خمسة عشر يوماً) .
- د . كم عدد المشتركين ؟ (مائة طالب من طلاب الجامعة المتفوقين رياضياً) .
- هـ - من سيقوم بالإشراف على المعسكر ؟
- و . كم عدد الرواد ؟
- ز . ما هي أوجه الأنشطة التي يمكن ممارستها داخل برنامج المعسكر ؟ وهل هذه الأنشطة تحقق الأهداف الموضوعية للبرنامج فعلى سبيل المثال :

- هل تناسب التقاليد العامة للمجتمع (دينياً - اجتماعياً - فلسفة المجتمع) .
- هل تشبع ميول الأفراد وحاجاتهم .
- هل تناسب مرحلة النمو (المرحلة السنية) .
- هل تتناسب مع الإمكانيات المادية والبشرية .
- هل هناك عائد تربوي لهذه الأنشطة .
- هل هناك أساليب تقويم واضحة لتلك الأنشطة .
- ي . هل البرنامج يحقق الخطوات السابقة أم لا ؟
- ل . ما هي الإمكانيات المتاحة لتنفيذ هذا البرنامج ؟
- ك . ما هي الميزانيات التقديرية للصرف على هذا المعسكر ؟

ثالثاً : التنظيم : ويشمل

- ١- تصميم الهيكل التنظيمي .
- ٢- تقسيم الأعمال إلى لجان .
- ٣- تحديد الواجبات والسلطات والمسؤولين .
- ٤- وحدة نطاق الأشراف .
- ٥- التنسيق .

ويشمل التنظيم وظيفة الأفراد والعلاقات الإدارية للجان والأقسام المختلفة وأيضاً معرفة كل من يعمل في المعسكر لواجباتهم وحقوقهم حتى يمكن تسهيل عملية تنظيم المعسكر ، كما يجب تحديد مسؤوليات وسلطات كل فرد على حده مع مراعاة أن تتناسب السلطة مع العمل الواجب أدائه لأنه بدون سلطة نقل فاعلية الرائد سواء أخصائياً أو فنياً و خلاصة القول فإن من أهم مبادئ التنظيم ما يلي :

- ١- يجب أن يكون هناك تحديد واضح وصريح لواجبات وسلطات كل عضو من أعضاء هيئة المعسكر .
- ٢- يجب عدم إعطاء مسئولية لأي مشرف في المعسكر أكثر مما تتحمله طاقته حتى لا يكون هناك قصوراً في العمل .
- ٣- يجب أن يكون هناك وحدة إدارية فمتجزئة العمل والسلطة يعقد من أداء العمل وحتى أيضاً يمكن تحديد الخطأ .
- ٤- يجب أن يخول للفرد الواحد مسئولية تنفيذ عمل واحد .

(أ) تصميم الهيكل التنظيمي :

ونقترح الهيكل الآتي لتنظيم إدارة المعسكر كما وهو موضح بالصفحة التالية :

(ب) تقسيم الأعمال إلى لجان :

- . يقسم المعسكر إلى جماعات كل جماعة تقيم في خيمة واحدة وتتكون الجماعة من أربع إلى ثماني أشخاص ويكون لكل جماعة رئيس .
 - . يمثل هؤلاء الرؤساء مجلس المعسكر الذين يشتركون في وضع البرنامج والنشاط العام للمعسكر .
- وتتضمن إدارة المعسكر اللجان الآتية :

* لجنة التغذية ويشمل عملها الآتى :



- استلام مواد التغذية .
- جميع أعمال المطبخ .
- نظافة المطبخ وأدواته .

* لجنة الخدمة العامة ويشمل عملها الآتى :



- إيقاظ المعسكر .
- حراسة المعسكر .
- الإعداد لتحية العمل .
- القيام بأعمال نظافة المعسكر .

* لجنة الاستعلامات والأعلام ويشمل عملها الآتى :



- إعداد سجل خاص للزائرين .
- الإشراف والمحافظة على الأجهزة الخاصة بالإذاعة .
- إذاعة التعليمات المكتوبة التي تصدرها إدارة المعسكر .

* اللجنة الطبية ويشمل عملها الآتى : ←

- إسعاف الحالات البسيطة الطارئة .
- نقل الحالات الطارئة إلى المستشفيات القريبة .

* لجنة الأنشطة وتنقسم إلى أربع مجموعات : ←

- لجنة النشاط الثقافي .
- لجنة النشاط الاجتماعي .
- لجنة النشاط الرياضي .
- لجنة النشاط الفني .

* لجنة المواصلات .

(ج) يحدد الواجبات والسلطات والمسئوليات :

ويعنى ذلك تقسيم الواجبات المطلوبة فى وحدات إدارية يمكن إسنادها إلى أشخاص بهدف تحديد المسئولية المطلوبة من كل مجموعة وإعطاء السلطة المناسبة للقيام بهذه الواجبات والمسئوليات .

(د) وحدة نطاق الأشراف :

ويعنى أن يكون هناك وحدة إدارية ، فإن الطبيعة المعقدة لجماعة ما ، يستدعى أن تكون السلطة مرتكزة إلى حد ما إلى شخص واحد فتجزئه السلطة يعقد من أداء العمل فدائماً العمل الذي يتحمله اثنان لا يمكن تحديد الخاطى فغالباً ما يرجع إحداها الخطأ إلى غيره ، وبذلك يصعب تحديد الخاطى لذلك لابد من تحديد عدد الأفراد الذين يشرف عليهم قائد واحد .

(هـ) التنسيق :

إن تحديد عمل لكل فرد فى الهيئة الأدارية يضمن ويحقق التنسيق بين أفراد المجموعة كلها فى المعسكر فالديمقراطية هى محور عملية التنسيق ، وفيما يلى عدد من المبادئ الخاصة بعملية التنسيق :

- يجب أن يكون هناك وحدة فى الغرض حتى ينمى التنسيق فى إدارة المعسكر .
- يجب تنمية الإيجابية فى العمل التعاوني مما له من أثر فعال فى المعسكر .
- يجب تأسيس مجلس استشاري وامتحانات تنظيمية والتي من خلالها يعبر المشرفون عن آرائهم تجاه سياسات برنامج المعسكر وأغراض بكل ديمقراطية .

رابعاً : التوجيه :

يعتبر التوجيه من العمليات الأدارية التى تتصف بالاستمرارية ، كما يعتبر التوجيه بمثابة المترجم لأغراض وخطط وطرق تنفيذ المعسكر إلى حركة فعلية وتطبيق عملي .
وينقسم التوجيه إلى عنصرين :

(أ) الاتصال ويتم بطريقتين : ←

* طريقة مباشرة عن طريق :

- المقابلات الشخصية - الاجتماعات - الندوات - المؤتمرات

* طريقة غير مباشرة عن طريق :

- منشورات دورية - ملصقات - مكالمات تليفونية - مكبرات صوت - مجلات - صحف

(ب) القيادة :

وهي تعنى القدرة على التأثير الشخصي بواسطة الاتصال لتحقيق هدف معين وفي هذا النوع من المعسكرات تغلب عليه القيادة الديمقراطية ولكن يجب عدم إغفال القيادة الديكتاتورية في المواقف التي تستدعي ذلك ، ولا بد أن يتوافر في القادة المختارين لتنفيذ البرنامج بعض المهارات الآتية :

. المهارات الفنية :

- أن يكون القائد متفهم لعمله بكل دقة مدركاً لخصائصه ومتطلباته

. المهارات الفكرية :

- أن يكون قادراً على التصور والنظر إلى المشكلات بأبعادها وجوانبها المختلفة سواء الظاهر منها أو الخفي

. المهارات الإنسانية :

وهي القدرة على التعامل مع الآخرين والتأثير في سلوكهم عن طريق تفهم القائد لمشاكلهم البعيدة والعمل على حلها .

خامساً - التقويم :

ويتم على ثلاث مراحل :

- قبل البدء في المعسكر
- أثناء قيام المعسكر
- بعد انتهاء المعسكر

ويكون هذا التقويم عبارة عن تساؤلات مثل :

- هل حقق البرنامج أهدافه ؟
- هل حقق المعسكر حاجات المجتمع ؟
- هل حقق المعسكر حاجات الأفراد ؟
- هل يتمشى برنامج المعسكر مع الأهداف والإمكانيات ؟
- هل كان الموقع مناسباً ؟
- هل كانت المدة كافية لتنفيذ البرنامج ؟
- كل كان الأفراد على المستوى المطلوب ؟