

التربية البدنية

معنى التربية

التربية في أبسط معنى لها تعني عملية التكيف أو التوافق بين الإنسان والقيم والاتجاهات التي تفرضها البيئة تبعاً لدرجة التطور المادي والروحي فيها.

فالتربية هي عبارة عن ممارسة، فالإنسان أو الفرد يتعلم عن طريق ممارسة للأشياء سواء كان ذلك في البيت أو الشارع أو المدرسة أو المسجد... الخ،

▶ إن الإنسان يتربى وهو يلعب باعتبار إن اللعب احد الحاجات
الضرورية للإنسان فحب الحياة مع الاحتفاظ بالصحة الجيدة يتضمن
ذلك نمو بالحالة النفسية والفسولوجية والاجتماعية والتي يستطيع
تتميتها عن طريق ممارسة التربية البدنية

▶ كما لها اثر ايجابي على الفرد وذلك بتتمية النواحي الاجتماعية
والخلقية والصحية للفرد وفي نفس الوقت تؤكد الخصائص
الضرورية للحياة الجماعية.

2. أغراض التربية:

يرتبط نهوض أو انحطاط المجتمع ارتباطا بالفلسفة التربوية التي

يعتقها شعب ما وان الاتجاهات والمثل الأعلى التي تحفز

التفكير والسلوك لدى أي جيل من الأجيال ليتكون منها الأساس

الذي يُبنى عليه مقياس للقيم وهي تنتقل عن طريق النظريات

والتطبيقات التربوية.

وهذا المقياس للقيم التي يطمح كل جيل في الحصول عليه دوما وان

يوفرها لأطفاله يعرف بأنه أغراض التربية.

تعتبر الأغراض العامة للتربية بمثابة بيانات عن نوع وطبيعة الحياة
التي نسعى للحصول عليها وان تعدد القوى الاجتماعية والسياسية
والدينية يمكن أن تساعد في تحديد الأهداف التي تتفق عليها هذه
القوى.

أما النتائج التي تعمل التربية على تحقيقها فإنها تختلف من ثقافة
لأخرى وكأمثلة للأغراض التي طالما سعى لها كثير من الناس ما
يلي:

- ° إعداد الرجل العسكري ،
- ° إعداد المواطن الصالح ،
- ° إنقاذ روح الفرد،
- ° تنمية الضمير الاجتماعي والمسؤولية المدنية،
- ° إعداد لحياة كاملة.

ولقد قُبلت أغراض التربية باهتمام كبير من جانب أعظم المفكرين منذ
الأزمنة القديمة، وقد ترك هؤلاء الفلاسفة التربويون كنزا من
الحكمة والإلهام فيما يتعلق بالقيم الإنسانية في الحياة.

3. علاقة التربية بالتربية البدنية

اكتسب تعبير "التربية البدنية" معنى جديدا بعد إضافة كلمة التربية إلى البدنية ، فكلمة بدنية تشير الى البدن، وهي في غالب الأحيان تشير إلى الصفات البدنية المختلفة كالقوة، والسرعة والنمو البدني، التحمل البدني... الخ.

- وعلى ذلك فحينما تضاف كلمة " التربية " إلى "البدن" نحصل على تعبير "التربية البدنية" والمقصود بها حسب تشارلز بيوشر " تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط التي تُتَمي وتُصون جسم الإنسان، فحينما يجري الإنسان أو يمشي أو يقفز، أو يمارس الترحلق أو ممارسة اي نوع من النشاط البدني الذي يساعده على تقوية جسمه وسلامته ،

هذه التربية قد تجعل حياة الإنسان أكثر حيوية أو بالعكس قد تكون
من نوع الهدام ويتوافق ذلك على نوع الخبرة التي تُصاحب هذه
التربية فقد تكون خبرة ايجابية وسارة، كما تكون عكس ذلك
خبرة تعيسة شقية للفرد، وهذا سيؤثر في بناء مجتمع قوى
ومتماسك أو يُورث أفراد هذا المجتمع انطباعات ضارة هدامة
للجميع ، لا سمح الله.

▶ وهنا يأتي دور التربية البدنية على المساعدة في تحقيق الأهداف التربوية
كما تتوقف نجاحاتها أو انحرافها عن هذه الأهداف على متابعة القيادة
التربوية المسؤولة عن توجيهها.

"والتربية البدنية جزء بالغ الأهمية من عملية التربية العامة، وهي

ليست حاشية أو زينة تضاف للبرنامج المدرسي كوسيلة لشغل

الأطفال" لكنها على العكس من ذلك جزء حيوي من التربية فعن

طريق إعداد البرامج الموجه توجيهها صحيحا والمعد إعدادا علميا

يمكن إكساب الأطفال المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة

مفيدة

وبهذا ينمون اجتماعيا كما أنهم يشتركون في مختلف الأنشطة البدنية

التي طالما تضفي حياتهم بالصحة البدنية والعقلية.

إن وظيفة الرئيسية للتربية البدنية والرياضية هي :
مساعدة الطفل للوصول إلى أعلى مستوى ممكن ضمن قدراته الخاصة ،
بحيث يستطيع ان يكتشف محيطه على أحسن وجه . إن ممارسة التربية
تحقق هذه الأغراض "فالتمرين البدني يعود بالفائدة على الصحة
والمهارات الحركية الأساسية تؤدي إلى حياة أبهج لونا وأكثر حركية،
وتدل دراسة التاريخ على ان هناك مجتمعات وحضارات سالفة "اليونان
القديمة" قد آمنت بأهمية التربية البدنية في إعداد النشء وكان كل فرد
يدرس ثلاثة أشياء : التمرينات البدنية وأصول اللغة والموسيقى".

4.. معنى التربية البدنية

إن معنى التربية البدنية والرياضية يتجلى من وراء طرح السؤال

التالي: ماهية التربية وماهية التربية البدنية والرياضية؟

إن كان معنى التربية قد تطرقنا إليه ألفا فان الكثير من الناس يفهم

تعبير "التربية البدنية والرياضية" فهما خاطئا، ولذا كان من

الواجب العمل على توضيح مقصود بهذا التعبير

- فبعض الأفراد يعتقدون إن التربية البدنية والرياضية هي مختلف أنواع الرياضات، وآخرون يرون "بان التربية البدنية والرياضية هي عبارة على عضلات وعرق" وهي بالنسبة لمجموعة أخرى تعنى " اذرع وأرجل قوية ونوايا حسنة" ويظن الآخرون " أنها تربية للأجسام، كما أنها بالنسبة للبعض "عبارة عن التمرينات البدنية التي تؤدي بالعد التوقيتى.

▶ . مفهوم التربية البدنية :

▶ إن التربية البدنية و الرياضية بكل معانيها الحقيقية ، تعتبر مادة بالغة الأهمية في تربية الأجيال من النواحي العقلية ، الخلقية و الجسمية و ذلك قصد إثارة سلوكه و تحريك عواطفه لمحبة القيم الإنسانية السامية والتشبث بالمثل الأعلى للوطن .

▶ لقد تعددت مفاهيم و أغراض و مهام التربية البدنية تبعا لطبيعة أهداف و فلسفة المجتمع و لقد تحددت سياستها و برامجها لتحقيق هذه الأهداف بما يتماشى مع هذه الفلسفة.

- ▶ و تُعرف التربية البدنية في الولايات المتحدة الأمريكية إن التربية البدنية هي جزء متكامل من التربية العامة ، و ميثاق تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية و العقلية والإنفعالية و الإجتماعية و ذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني.

- ▶ و يرى كوازييس ونيكس إن التربية البدنية هي جزء من التربية العامة التي تختص بالأنشطة القوية حيث تتضمن عمل الجهاز العضلي ، و ما ينتج من جراء الإشتراك في هذه الأوجه المختلفة من النشاط و التعلم.
- ▶ و يرى فايز مهنا أن التربية هي جزء ، بل فن من فنون التربية العامة التي تهدف الى إعداد المواطن الصالح جسميا و عقليا و خلقيا
- ▶ و المقصود بالمواطن الصالح هو الشخص النامي في قواه العقلية و البدنية و الخلقية و الإجتماعية و القادر على الإنتاج و القيام بواجبه نحو مجتمعه ووطنه.

▶ أما قاسم حسن والآخرون " : إن التربية البدنية والرياضية لها
نظرية وحدة الفرد والتي فحواها أن الفرد ذات أبعاد أربعة رئيسية :

▶ بدني ،

▶ عقلي ،

▶ نفسى ،

▶ اجتماعي

▶ ولا يمكن تنمية بعد بعيدا عن البعد الآخر فكل منهم يؤثر في الآخر
ولا يمكن الفصل بين هذه الأبعاد الأربعة الرئيسية وهذه النظرية
الحديثة في التربية .

▶ ومن هنا يمكننا استخلاص التعريف التالي :

▶ هي مجموعة من أنشطة منظمة على أشكال مختلفة بحيث تهدف جميعها الى تكوين المواطن الصالح تربويا ، صحيا ، نفسيا و اجتماعيا ويمكن تمثيل بلده في المحافل الدولية.

مفهوم الفلسفة

- ▶ الفلسفة لفظ استعارته العربية من اللغة اليونانية، و أصله في اليونانية كلمة تتألف من مقطعين:
- ▶ فيلوس Philos وهو بمعنى (صديق أو محب)، والثاني هو سوفيا Sophia أي حكمة، فيكون معناها (محب الحكمة).
- ▶ وبذلك تدل كلمة (الفلسفة) من الناحية الاشتقاقية على محبة الحكمة أو إيثارها، وقد نقلها العرب إلى لغتهم بهذا المعنى في عصر الترجمة.

تعريف الفلسفة

- ▶ الفلسفة هي حب الحكمة او إثارة الحكمة.
- ▶ يذكر امين الخولي انها (محاولة الوصول للحقيقة بشتي صورها كما انها ايضا تعني منهج البحث الفكري)
- ▶ كما يعرفها كانت بانها (علم يهتم بتوضيح الادراك الانساني ونظريات العلم بالاضافة الي انها علم يسمح بالتعرض لقضايا ما وراء الطبيعة)

معنى فلسفة التربية

- ▶ هي مجموعة من المبادئ والمعتقدات والمفاهيم والمسلمات المحددة بشكل متكامل متناسق ، لتكون بمثابة المرشد والموجه للعملية التربوية بجميع جوانبها .
- ▶ أو هي ذلك الميدان الذي يبحث في المشكلات الفلسفية والاجتماعية من الزاوية التربوية ، ويبحث المشكلات التربوية بحثا فلسفيا اجتماعيا .

وظائف الفلسفة

- ▶ ١. دراسة بنية العملية التربوية .
- ▶ ٢. دراسة النظريات بوجه عام والتربوية بوجه خاص .
- ▶ ٣. دراسة المشكلات التربوية بأسلوب علمي .
- ▶ ٤. تحليل وتحديد وتوضيح المفاهيم والعبارات في الميدان التربوي .
- ▶ ٥. توجيه البحوث والتجارب التربوية وجهة اجتماعية .

فلسفة التربية الرياضية

- ▶ التربية البدنية : هي التربية عن طريق البدن أو الأداء الحركي
- ▶ التربية الرياضية : هي جزء متكامل من التربية العامة التي تهدف إلى إعداد المواطن في الجوانب البدنية والعلمية والانفعالية والاجتماعية عن طريق الوان من النشاط الرياضي المختار
- ▶ الفلسفة : هي حب الحكمة فالطفل يتساءل بصفة مستمرة لماذا أنا هنا ومن أنا وهل الذي أقوم به وأفعله صح أم خطأ

تابع- فلسفة التربية الرياضية

- ▶ إن أي ثقافة بحاجة إلى فلسفة تنظم أفكارها، وكون التربية البدنية نشاط ثقافي اجتماعي فهي بحاجة إلى أن يطلق فيها العنان للأفكار و النظريات الفلسفية. فالتربية البدنية تنمي شخصية الفرد قبل البدن ، كما أنها تعتمد علي الجانب الجمالي في الحركات ، كل هذا و غيره يتطلب الإبداع .و يعكس معتقدات ، يمكن تسميتها بالفلسفة الرياضية
- ▶ إن الفلسفة تتعرض لجميع النشاطات الفردية ، و النشاط البدني جزء من هذا الكل، و يطلب أسس سليمة تبني عليها كل حركة، فالمشاركة في أي نشاط بدني لا يكون عشوائيا. وهنا يدخل دور التفكير الفلسفي الذي يواظر أي نشاط بدني .

اهمية دراسة فلسفة التربية البدنية والرياضية

▶ الفلسفة علم يبحث في حقيقة الاشياء والتعرف علي الحقيقة التي تمكنا من معرفة كل ما يحيط بنا من معلومات ، وهناك عدة مذاهب منها علم ما وراء الطبيعة ، (الفلسفة الواقعية ، المثالية ، الطبيعية ، البراجماتية ، الوجودية) هذه المذاهب يتطرق لها الفرد عند تكوين فلسفته لأي ميدان من ميادين العلوم التربوية وذلك لتكوين فلسفة رياضية خاصة تؤدي الي العمل بأفضل أسلوب وبشكل علمي سليم.

اهمية دراسة فلسفة التربية البدنية والرياضية

▶ إن أي ثقافة بحاجة إلى فلسفة تنظم أفكارها. و كون التربية البدنية نشاط ثقافي اجتماعي فهي بحاجة إلى أن يطلق فيها العنان للأفكار و النظريات الفلسفية. فالتربية البدنية تنمي شخصية الفرد قبل البدن ، كما أنها تعتمد الجانب الجمالي في الحركات ، كل هذا و غيره يتطلب الإبداع . و يعكس معتقدات ، يمكن تسميتها بالفلسفة الرياضية إن الفلسفة تتعرض لجميع النشاطات الفردية ، و النشاط البدني جزء من هذا الكل، و يطلب أسس سليمة تبنى عليها كل حركة، فالمشاركة في أي نشاط بدني لا يكون عشوائيا. وهنا يدخل دور التفكير الفلسفي الذي يؤطر أي نشاط بدني .

أهداف الفلسفة في مجال التربية البدنية

- ▶ القدرة على التعميم وفقا لمعايير علمية سليمة.
- ▶ إدماج التربية البدنية و الرياضية مع باقي المواد الأخرى و إعطائها نفس الأهمية.
- ▶ إن يخرج النشاط البدني من النظرة السلبية التي يعاني منها ، و يتحرر من كونه مجرد ترويح ، إلى مادة تربوية تخضع لمعايير و قوانين ، وبالتالي الى منطق فلسفي .
- ▶ أن يتمكن الفرد من تعميم الظواهر الطارئة وفق مذهب فلسفي سليم .