

دور الرياضة المدرسية في تحقيق السلامة الصحية للطفل

أ. شرايطية شهرة

جامعة باجي مختار- عنابة

د. بن وهيبة نورة

جامعة الشاذلي بن جديد- الطارف

المخلص :

تعتبر المدرسة المحيط الثاني للطفل بعد الأسرة فيها تتم تنشئته الاجتماعية من خلال البرامج والمقررات الدراسية التي تعمل على تكوين الطفل حسب كل سنة عمرية يمر بها في مراحل نموه المبكر ، وتعتبر التربية البدنية واحدة من المقررات المستحدثة في البرامج المدرسية وهي طبقت لتحقيق أهداف بدنية وصحية للتلميذ حتى يكتمل نموه الفكري والجسدي معا ، وتتبع أهمية الأنشطة الرياضية المدرسية من كونها تعمل على تفريغ طاقة الأطفال السالبة في الأنشطة المفيدة من خلال ضوابط التمارين الرياضية الهادفة ، كما أنها تعمل على التقليل من ظاهرة العنف المدرسي ، هذه الظاهرة التي استقرت في مؤسساتنا ، كما أن الرياضة تساعد على تعبئة مليء الفراغ لدى الطفل وهذا ما يحسن سلوكه ونفسيته ويغير حياته إلى الأحسن ، إضافة إلى أنها تساهم في تسهيل عملية الاندماج بين الأطفال وقتل روح الكسل والخمول مع تنمية القدرات الجسمية والعقلية لديهم، لذلك ونظرا للأهمية البالغة للتربية الرياضية في المدرسة وجب الاهتمام بهذا الموضوع قدر الإمكان نظرا لما يحققه من إيجابيات تساهم في التكوين الفعال للطفل في المرحلة الابتدائية .

الكلمات المفتاحية : المدرسة ، الرياضة ، الصحة ، السلامة الصحية .

Abstract :

The school is considered to be the second environment for the child after the family in which the social development is carried out through the programs and curricula that prepare the child according to each year of his or her early stages of development. Physical education is one of the courses developed in the school programs and applied to achieve the physical and health goals of the student The importance of school sports activities stems from the fact that they are working to empty the negative energy of children in useful activities through the controls of targeted exercise. It also works to reduce the phenomenon of school violence, In addition to helping to facilitate the process of integration between children and kill the spirit of laziness and inactivity with the development of physical and mental abilities. Therefore, because of the importance of education Sports in the school should be as much attention to this subject as possible because of the positive achievements that contribute to the effective composition of the child in the primary stage.

مقدمة :

مارس الإنسان منذ القديم رياضات مختلفة، كما عرفت الحضارات المختلفة الرياضة بأنواعها ، بل إن كثيرا من النشاط الإنساني يمارس فيه شكلا من أشكال الرياضة والنشاط البدني، وتتبع أهمية الرياضة في الحياة اليومية كونها تعبّر عن النشاط والحيوية، فالإنسان الذي يمارس الرياضة في حياته إنما يحقق من خلال ذلك مقاصد الحياة وأهدافها باعتبار أن الرياضة تحقق الغاية الأسمى وهي الحصول على جسم معافى وعقل سليم ، كما أنها تعزز الجوانب النفسية وتزيد من إيجابية الفرد، هذه الأمور جعلت الدول تهتم بالرياضة وتجعلها أساسية ومحورية ضمن برامجها التعليمية بدءا من مرحلة التعليم الابتدائي، فهي فضاء واسع لممارسة العديد من الأنشطة التي تعود بالفائدة على فكره وجسمه، هذا إضافة إلى أن الرياضة المدرسية في أي بلد من البلدان هي المحرك الرئيسي لمعرفة مستوى التقدم الذي يحصل في الميدان الرياضي فهي أحد الدعائم الأساسية للحركة الرياضية وتنتج أساسا نحو وضع الخطوات الأولى للطفل التي تمكنه من بناء جسمه وعقله وصقل شخصيته .

ومن خلال ما سبق نطرح التساؤل الرئيسي المتمثل في:

- كيف تساهم الرياضة المدرسية في بناء الطفل وتحقيق سلامته الصحية ؟ **خصائص أهداف المدرسة:**

- تتميز المدرسة بعدة خصائص تميزها عن المؤسسات الأخرى وهي:
- تعتمد على ركائز علمية مستنبطة من بحوث ودراسات معنية بدراسة سلوك الإنسان وتصرفه كعلوم التربية، علم النفس، علم الاجتماع.
- تعد المدرسة بيئة تربوية تنتهج التبسيط في نقل المعلومات والخبرات إلى الطلاب حيث يتم التدرج فيها من البسيط إلى المعقد.
- تعد المدرسة بيئة ثقافية واجتماعية تقوم على مجموعة من القوانين والأنظمة وتتبع النسق الاجتماعي والثقافي الخاص بالمجتمع الذي تتواجد فيه.
- المدرسة بيئة اجتماعية أساسها التخطيط للوصول إلى الأهداف المرجوة.
- تتحلى المدرسة بسلطة اجتماعية ولها مسار ومناهج دراسية خاصة بها بالإضافة إلى أساليب خاصة بالتدريس.
- ترفع المدرسة شعور الولاء والانتماء لها وللمجتمع والوطن لدى نفوس تلاميذها. (www.Mawdou3 .com).

أما عن أهداف المدرسة في تسعى إلى تحقيق جملة من الأهداف يمكن تقسيمها إلى ثلاثة أهداف رئيسية وهي:

1- **أهداف وقائية:** وهي التي تقي النشء من كل ما يعيق نموه السليم جسميا عقليا، روحيا، نفسيا.

2- **أهداف إنشائية:** وهي التي تزود النشء بالخبرات اللفظية والحركية والاجتماعية والمهنية التي تهيئه للقيام بأدواره المستقبلية بكفاءة.

3- **أهداف علاجية:** وهي التي تعمل على تصحيح وتقويم الخلل الذي قد يكون اكتسبه الطفل خلال الأوساط الاجتماعية المختلفة. (زعيمي، 2007، ص. 127).

4- **وظائف المدرسة:** تلعب المدرسة كمؤسسة اجتماعية العديد من الأدوار التي لها الوزن الكبير والتي تميزها عن باقي المؤسسات الأخرى لأنها تلامس مختلف جوانب الحياة وهي:

أ- الوظيفة التعليمية:

وفي إطار هذه الوظيفة تقوم المدرسة بتعليم الأطفال القراءة والحساب مع إكسابهم وتلقينهم المعارف الدينية والتاريخية والأدبية والعلمية واللغوية، وذلك عن طريق البرامج والمقررات حسب مختلف المواد المخصصة لكل مستوى بشكل تدريجي ابتداء من التعليم الابتدائي إلى التعليم العالي، كما تسعى من خلال كل مرحلة تعليمية تحقيق وإكساب التلاميذ الكفايات التواصلية، وتهدف المدرسة بشكل عام من خلال هذه الوظيفة إلى تعليم وتكوين الفرد وجعله مندمجا في الحياة الاجتماعية ومتفتحاً على الآخر. [http:// Sites.google.com/ Site/ perparer212/](http://Sites.google.com/Site/perparer212/) (2018. 02.27)

ب- الوظيفة النفسية:

من وظائف المدرسة تحقيق الإشباع النفسي للتلميذ فتساهم المدرسة من خلال ما توفره من أجواء وفرص أمام التلاميذ لإشباع الكثير من الحاجات النفسية ومنها نذكر على وجه الخصوص:

✓ تتيح الفرصة للتلاميذ لإنشاء علاقات اجتماعية وتكوين صداقات إشباعا للحاجة إلى الانتماء.

✓ تتيح الفرصة للتنافس على المراتب الأولى من خلال الأنشطة العلمية والتربوية والثقافية إشباعا للحاجة إلى تحقيق الذات.

- ✓ من خلال النشاطات الرياضية تتيح الفرصة لإشباع الحاجة إلى الترويح.
- ✓ تتيح الفرصة لتحقيق الذات وتلبية الحاجة إلى الاعتراف والتقدير خاصة من خلال الأعمال الحرة والتطوعية.

وكثيرا ما يكون في المدرسة أخصائي اجتماعي أو نفسي للاهتمام بمعرفة النواحي النفسية للتلميذ والكشف عن المشاكل والضغوط والقضايا التي يعاني منها داخل المدرسة وخارجها، في الأسرة أو جماعة الرفاق أو في المجتمع عموما، وقد يمارس المربون أنفسهم هذه الوظيفة انطلاقا من خبرتهم وتجربتهم الخاصة فيعملون على توجيههم وإرشادهم إلى السبل السليمة لإشباع حاجاتهم النفسية والتغلب على مشاكلهم. (زعيمي، 2007، ص. 128).

ج- الوظيفة الاقتصادية:

وهي من الوظائف الهامة التي تقوم بها المدرسة اتجاه المجتمع والتلاميذ على وجه الخصوص فهي تقتصر الوقت والجهد والمال من خلال العملية التعليمية التربوية التي تقوم بها، ونحن نرى أن المدرسة تشترك مع الأسرة في كثير من الجوانب المحققة للوظيفة الاقتصادية فمثلا من خلال مجلس الأولياء تساهم المدرسة في سد بعض الاحتياجات التي تطلبها المدرسة لتغطية مصاريف العملية التربوية التي تعود بالفائدة على التلاميذ مهما اختلفت مستوياتهم المعيشية فالمدرسة تقوم بتقديم المساعدات للتلاميذ ذوي الدخل الاقتصادي الضعيف. (زعيمي، 2007، ص. 128).

د- الوظيفة الاجتماعية: وتتمثل في:

- ✓ إعداد القوى البشرية القادرة على الإنتاج وذلك باعتبار الإنسان هو أداة التنمية وغايتها وبالتالي فإن القوة البشرية هي أعظم رأسمال يمكن الاستفادة منه.
- ✓ تنقية التراث وحفظه ونقله بين الأجيال وذلك من أجل الانفتاح عن العالم الخارجي وزيادة الاحتكاك والتواصل مع الآخرين فالتراث جزء من الهوية والكيان لا بد من المحافظة عليه.
- ✓ إحداث التغير الثقافي الملائم للغة العصر من خلال إكساب الخبرة الإنسانية وتبسيطها وترتيبها، وذلك من أجل تطوير المجتمع عن طريق ترسيخ القيم الإيجابية للأفراد.
- ✓ تقديم نماذج سلوكية مرغوبة إذ لابد من مواكبة التغيرات الحديثة في المحافظة على قيم المجتمع.

✓ إعداد المواطن الصالح وتحقيق النمو المتكامل للشخصية.

(www.socilworker 2009.Ahlamontada)

هـ - الوظيفة التربوية:

وتتمثل في عملية التنشئة الاجتماعية المقصودة للتلاميذ حيث تعتبر بالنسبة له أول انفصال عن الأسرة يجعله عضو داخل وسط الأسرة، والمدرسة هنا قادرة على توجيه التلاميذ وإعدادهم وغرس القيم والتأثير في سلوكهم بطريقة مدروسة وعلى أسس منهجية، ويذهب "بياجيه" إلى أن أبرز أثر للمدرسة في مجال التنشئة الاجتماعية هو القضاء على ما يتسم به الطفل من التمركز حول الذات نتيجة العلاقات الأسرية السابقة.

وهكذا تصبح المدرسة ذات أهمية كبيرة من الناحية التربوية لأنها قادرة على التأثير الإيجابي على شخصية التلميذ، فهي تستطيع أن تدعم الكثير من المعتقدات الإيجابية ونقضي على آثار العادات والقيم السلبية السائدة عند الطفل. (زعيمي، 2007، ص 130، 131.)

5- الإدارة المدرسية الناجحة:

من أهم الخصائص التي لا بد أن تتوفر في الإدارة المدرسية حتى تكون ناجحة نذكر: ✓ إدارة هادفة: لا تعتمد على العشوائية في تحقيق غاياتها بل تعتمد على التخطيط السليم في إطار الصالح العام، والتخطيط لا يكون حكرًا على المدير بل لا بد من مشاركة المعلم والتلميذ والأسرة...إلخ.

✓ إدارة إيجابية: تنتظر إلى الأمور بأكثر من عين لتكون الصورة أكثر وضوحًا واتساعًا حتى تكون الأمور أكثر استقرارًا.

✓ إدارة جماعية: بعيدة عن الاستبداد والتسلط مستجيبة للمشورة مدركة للصالح العام وذلك عن طريق العمل بروح الفريق.

✓ إدارة إنسانية: أي لا تتحاز على مذاهب فكرية أو تربوية معينة بل ينبغي أن تنسجم بالمرونة حتى تستطيع التلائم مع المواقف.

✓ إدارة اجتماعية: تتم في وسط ديناميكي اجتماعي يهدف إلى تحقيق النهضة للمجتمع، المدرسة تكون كالأسرة.

✓ إدارة تكنولوجية: ويقصد بها مجموعة المعارف العلمية والأساليب المنظمة التي تطبق في مواجهة المعوقات العلمية من أجل حلها في ميدان الإدارة

✓ إدارة فاعلة: ومن خصائصها:

- توفير بيئة منظمة وأمنة.
- ذات مبادئ تعاونية تنظيمية.
- المدرسة الفاعلة توفر فرص للتلاميذ للتعليم.
- تعترف بالنجاح وتكافئه.
- تظهر كمصدر للمجتمع.
- تنظيم إجراءات لتطوير العاملين.
- لديها منهاج محكم.
- تقيم تحقيق أهدافها باستمرار.
- تستثمر الوقت في التعليم الجيد. (عايش، 2009، ص ص. 56، 57).

ثانيا : الرياضة المدرسية في الجزائر

01- لمحة وجيزة عن تاريخ التربية البدنية والرياضية :

يرجع تاريخ التربية البدنية والرياضية إلى قديم العصور، إذ نجد أن التربية اليونانية تزخر بالأراء القديمة المتعلقة بشؤون التربية البدنية والرياضية، وقد اعتنت أثينا بالألعاب الرياضية حيث يرى "أرسطو" 384 ق.م أن تبدأ العناية بالطفل من قبل ولادته كما يرى ضرورة وضع قانون الأزواج يبين من يجوز لهم الزواج أو عدمه، كما يرى أن الأعمال الرياضية يجب أن تكون غايتها ضبط النفس وكبح جماح الشهوات وتحميل صورة الجسم وتكريس العادات الفاضلة لا مجرد القوة الجسمية التي يتباهى بها المغرمون بالألعاب البدنية، كذلك يجب أن تدرج هذه الأعمال حسب صعوبتها، وإن تبدي الأعمال العنيفة إلا بعد سن المراهقة بثلاث سنوات على الأقل إلا أنه وبعد العهد اليوناني تضاءلت العناية بالألعاب لرياضية شيئا فشيئا إلى غاية حلول القرن الثامن عشر وظهور بطل الحرية (جون جاك روسو 1712-1778 م) الذي نادى بالرجوع على الطبيعة، ويفصل الطفل عن والديه وإبعاده على المدارس وتركه بين يدي مدرب ذكي يدخل في قلبه حب الطبيعة وجمالها وكتب في كتابه عن كيفية تربية الطفل منذ ولادته حتى سن الخامسة، وجاء أيضا في هذا الكتاب الحث على العناية بالألعاب الرياضية والتمارين البدنية فقد ذكر بأن حجة البدن هي سلامة للعقل وكمال الخلق وأن صاحب الجسم السليم والقوي هو الشخص المطيع، القوي الطبع وقد نادى بعض

المربين بعد (روسو) بضرورة التربية الرياضية ونذكر منهم :
*دجون جاك رورس 1759-1839 م والذي ألف كتابا يحمل عنوان "التمرينات البدنية للأدلاء الصغار" حيث يعتبر البعض مؤسس التمارين المدرسية .
وفي النصف الأول من القرن العشرين عمت التربية البدنية والرياضية جميع أنحاء العالم تقريبا فانتشرت في الولايات المتحدة الأمريكية انتشارا واسعا.
حيث أنه يوجد هناك ما يقارب 100 معهد بين جامعة وكلية ويستطيع الطالب الحصول على درجة المدرس في مادة التربية البدنية عدا ذلك فإنه يوجد ما يقارب 24 جامعة يستطيع الطالب فيها القيام بالدراسات العليا وقد ظهر في هذه الجامعات العديد من رجال التربية البدنية
<http://intendancededucation.yoo7.com>

02- مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر:

الرياضة المدرسية هي مجموعة الأنشطة الرياضية التي تمارس داخل المؤسسات التعليمية، كما يمكن أن نعرفها: هي تنمية قدرات المتعلمين وصقل مهاراتهم الرياضية، وكذلك نعني بها كافة الفعاليات التي تطلب نشاطا عضليا أو نشاطا فكريا لدى الصغار، وفي تعريف آخر أن الأنشطة الرياضية المدرسية هي التي تعد من جملة الوسائل الفعالة لتكوين وتربية الناشئة وكونها فرصة طيبة للقاء والتواصل و الاندماج و تبادل الخبرات وتعلم العادات الصحية و ترسيخها لتحقيق توازن نفسي ووجداني لتجنيبهم آفة الانحراف مما يعود بالنفع عليهم لأنها تساعدهم على الدراسة والتحصيل وتجعلهم مواطنين صالحين لأنفسهم ولأسرهم ولمجتمعهم (آدم، محمد، ب ت، ص 4).

إن الرياضة المدرسية في الجزائر هي إحدى الركائز الأساسية التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات وتسهر على تنظيمها لنجاحها كل من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، مع وضع في الحسبان أن ذلك يتم بالتنسيق مع الرابطة الولائية للرياضة المدرسية في القطاع المدرسي ولتغطية بعض النقائص ظهرت الجمعيات الخاصة بالرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية وهذا للحرص والمراقبة على النشاطات وإعادة الاعتبار للرياضة المدرسية.

إن الرياضة المدرسية في المنظومة التربوية مكانة هامة وبعد تربوي معترف به، وتسعى على ذلك كل من وزارتي التربية الوطنية والشبيبة الرياضية إلى ترفيه كل المستويات، وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية إلى ترفيه كل المستويات، وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية والمنافسات في أواسط التلاميذ .

إن هذه العملية يمكنها أن تساهم بقسط وافر في تحقيق هذه الغاية، وهذا المطلوب من كل المسؤولين المعنيين في اتخاذ الإجراءات اللازمة التي من اجلها يمكن تجسيد الأهداف المتوخاة من هذه العملية المشتركة مبدئيا، ومما أعطى نفسا جديدا للممارسة الرياضية في الأواسط المدرسية وهو ما قرره وزارة التربية الوطنية في نقالها حول إجبارية ممارسة الرياضة في المدرسية، حسب التعليم رقم 95-09 بتاريخ: 25 فيفري 1995 من خلال المادتين 5 و 6 وهو ما أكدته وزارة التربية في جريدة الخبر تحت عنوان إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية.

قررت وزارة التربية الوطنية جعل ممارسة التربية البدنية والرياضية إلزامية أو إجبارية لكل التلاميذ، مع إعفاء كل الذين يعانون من المشاكل الصحية، وجاء هذا القرار بعد التوقيع على اتفاقية مشتركة بين كل من وزارتي التربية الوطنية والشباب والرياضة مع وزارة الصحة والسكان بشأن ممارسة التربية البدنية في الوسط المدرسي في 25 أكتوبر 1997، ويهدف هذا القرار إلى ترفيه الممارسة الرياضية في المدارس كما وجهت الوزارة تعليمية تتضمن كيفية الإعفاء من ممارسة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي تحت فيها المعنيين الإداريين والمربين على تطبيق مضمون القرار الوزاري المشترك بين الوزارات الثلاثة ونص القرار على استفادة الأطفال الذين لا يستطيعون ممارسة بعض الأنشطة البدنية والرياضية من الإعفاء، حيث يتم الإعفاء بتسليم طبيب الصحة المدرسية شهادة طبية بعد إجراء فحص طبي للتلاميذ ودراسة ملفهم الصحي المعد من طرف طبيب أخصائي

03- أهمية الرياضة المدرسية:

يمكن حصر أهمية الرياضة المدرسية في النقاط التالية:

- البعد التربوي الاجتماعي، الحركي الترفيهي، الرياضي، التنموي والاقتصادي، الصحي والوقائي، الانتمائي للوطن.

- انتقاء الموهوبين من الطلبة رياضياً انطلاقاً من مشاركتهم في منافسات رياضة المدارس للمشاركة ضمن الفرق الممثلة في البطولات المدرسية والوطنية والدولية.
- النهوض بالتربية الرياضية داخل المؤسسات التعليمية.
- تهدف الرياضة المدرسية إلى إكساب الطالب كفاية بدنية وعقلية واجتماعية ونفسية تتناسب ونموه لينتجف مع الحياة بأقل جهد ممكن.
- تزويده بالروح الرياضية والاجتماعية والمهارات الحركية، حيث تعد الرياضة المدرسية الحجر الأساسي في بناء صرح الحضارة والرقي والتقدم.
- توفر الأساليب اللازمة لاكتساب النمو الحركي والترويجي اللازم لمراحل نموهم.
- تشجيع جميع التلاميذ على الممارسة الرياضية المنتظمة مما يكسبهم صحة بدنية ونفسية.
- إعداد التلاميذ لمزاولة نشاط رياضي منتظم لترسيخ المفاهيم الصحيحة للحركة أو الفعالية أو اللعبة بعد الانتهاء من المراحل الدراسية وحتى الجامعة.
- ربط الصلة بين الرياضة المدرسية والأندية الرياضية للاستفادة من أصحاب الكفاءة والممارسة الواسعة للحصول على نتائج رياضية عالية.
- تنظيم الاحتفالات والبطولات المدرسية المحلية والعربية والتي تشكل الفرص الضرورية لصقل مواهب الطلبة وتحسين الممارسة الرياضية.
- تمثيل المدرسة في الاحتفالات والبطولات المحلية والوطنية والدولية بغية تطوير الرياضة المدرسية وغيرها من الأهداف الأخرى.

04- أهداف النشاط الرياضي المدرسي:

- يسعى النشاط الرياضي المدرسي إلى الإسهام في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية في مراحل التعليم من خلال ما يلي : (بومعارف ، 2014، ص ص 131-132)
- تقدير أهمية استثمار وقت الفراغ ببعض النشاطات الرياضية المفيدة .
- إكساب التلاميذ المهارات والقدرات الحركية التي تستند إلى القواعد الرياضية والصحية لبناء الجسم السليم .
- نشر الوعي الرياضي الموجه إلى للداعي إلى ممارسة الرياضة لكسب اللياقة البدنية والنشاط الدائم وتقوية الجسم .

- رفع مستوى الكفاءة البدنية للطلاب بإعطائهم جرعات مناسبة من التمرينات المنمية للجسم والمحافظة على القوام .
- إتاحة فرص المتعة والبهجة وتخفيف الضغوطات بفتح أجواء التعبير عن النفس والمكونات الداخلية للطفل .
- التخلص من التوتر النفسي وتفريغ الإنفعالات وإشباع الحاجات النفسية والتكيف الإجتماعي وتحقيق الذات .
- إكتساب مستوى رفيع من الكفاية النفسية المرغوبة مثل التحكم في النفس ، والتوتر وخفض التغيرات العدوانية .
- تنمية الجوانب الإجتماعية في الشخصية بمساعدة الفرد على التكيف مع مقتضيات المجتمع ونظمه ومعاييرته الإجتماعية والأخلاقية وإكسابه روح التعاون الرياضي لتقبل الآخرين بغض النظر على الفروق الفردية .
- 05- أهداف المنافسة الرياضية المدرسية :

إن المنافسة الرياضية من أهم الوسائل المساعدة على اتزان الغد نفسيا إجتماعيا فهي تكسب الجسم الحيوية والرشاقة والقوام مما يتجنب الفرد الممارس لها الكسل والخمول كما تمنحه نموا صحيا جيدا حيث تجعله أقل عرضة للأمراض وهو من أهم أهداف المنافسة الرياضية المدرسية نذكر :

أ- هدف النمو الإجتماعي:

إن للمنافسات هدف اجتماعي يتمثل في خلق جو التعاون لكل فرد يقوم بدوره عن طريق مساهمته بالتنازل عن بعض الحقوق في سبيل القدوة والمثل من أجل تحقيق هدف اجتماعي يعود بالفائدة من المجتمع فمثلا أن يتنازل اللاعب عن حقه في تسديد ضربة الجزاء أو مخالفة وهذا من أجل تجنب الدخول في خصومات مع أعضاء الفريق وزملاء وهذا لا يتحقق إلا عن طريق الجماعة والتنافس .

ب- هدف النمو الخلقى:

إن المنافسة الرياضية هي عملية تربية خلقية وذلك لما يوفره النشاط التنافسي من سلوك أخلاقي وهذا بالنظر إلى حماسة المنافسة ومما يجري بها من اصطدام وهجوم والخوف من الهزيمة وعلى كل هذه المنافسة تهتم بالتهندة وذلك

بتوضيح ما يجب وما لا يجب القيام به في المنافسة وهذا يساعد الفرد على العمل الصالح والنقة في النفس والإخاء والصداقة وروح التعاون وتحمل المسؤولية.

ج- هدف النمو النفسي :

إن المنافسة الرياضية المدرسية كغيرها من المنافسات الرياضية تحقق اللذة والابتهاج فيتحرك الفرد من كل ما هو مكبوت ويغمره السرور والابتهاج عندما يسيطر على حركته إضافة إلى هذا فهي تهدف إلى إشباع الميول العدوانية والعنف لدى بعض المراهقين عن طريق الألعاب التنافسية العنيفة كالملاكمة فمثلا الملاكم يسدد ضربات للخصم فهو يعبر عن دوافعه المكبوتة بطريقة مقبولة ومفيدة بوجه عام، إذ أن التخلص من الاندفاعات غير المناسبة والحركات غير المفيدة هو كبتها في اللاشعور ووضعها في السلوك المقبول إجتماعيا وشخصيا.

د- هدف النمو العقلي:

إن المنافسات الرياضية المدرسية تمس كل الجوانب ومنها الجانب العقلي حتى يتحقق التفكير في اكتساب المعارف المختلفة ذات طبيعة المنافسات الرياضية كتاريخ اللعبة التي تمارس وأهميتها وطرق أدائها ،يجب تذكر أن العقل والجسم مرتبطان إذ أنه ليس الغرض من الجسم أن يحمل العقل ولكنه يؤدي إلى استعمال العقل واستخدامه بشكل فعال ومؤثر .

هـ- هدف النمو البدني :

كما تم ذكره سابقا المنافسة الرياضية المدرسية تمس كل الجوانب ومنها الجانب البدني ومن بين هذه الأهداف نذكر :

- تقوية الجسم بصفة عامة من عضلات وبنية وقامة إلخ .
- تنمية القدرات البدنية للرياضيين المتنافسين .
- إكتساب وتحسين دقواً وتقان المهارات الأساسية لكل لاعب .
- تنمية القدرات الجسمانية الخاصة بنوع النشاط الممارس .
- الحفاظ على الصحة البدنية.

ثالثا : التربية الرياضية وصحة الطفل

01-- مفهوم الصحة والصحة العامة :

أ_ لغة : الصحة مصدر صُحَّ " و هي السلامة و الخلو من الفساد(منجي الطلاب ص584)، وهي عدم الاعتلال للجسم وسلامته من الأمراض(مرشد الطلاب، 2005، ص167) أي سلامة جسم الإنسان من أي مرض يعوق تحقيق واجباته.

و تعني الصحة تلك الحالة البدنية الطبيعية التي من خلالها يجرى منحى أفعاله على المجرى الطبيعي (جلبي ،2001، ص9)، أي أن الصحة هي الحالة التي يستطيع الجسم من خلالها التفاعل و التعامل مع أفراد البيئة المحيطة من خلال العلاقات التبادلية (الأخذ و العطاء) و تكون أفعاله و تصرفاته مناسبة للحياة الاجتماعية.

ب_ إصطلاحا :الصحة هي حالة الكفاية البدنية والنفسية و الاجتماعية الكاملة، وتتحقق صحة الإنسان عند إكتمال النواحي الآتية : (مزهرة وآخرون ، 2002، ص42) إكتمال الناحية البدنية: وهي أن تؤدي جميع الأعضاء الجسمية في الإنسان وظائفها بصورة طبيعية متوافقة ومنسجمة مع أعضاء الجسم الأخرى ولا يتحقق ذلك إلا إذا كانت الأعضاء سليمة.

1- إكتمال الناحية الاجتماعية: وهي قدرة الإنسان على تكوين علاقات إجتماعية مع الناس(أبو الرب وآخرون، 2003، ص62) عكس الاضطراب السلوكي الاجتماعي الذي يعبر عن سلوك سالب يهدد الأمن النفسي الاجتماعي للفرد حيث يمثل خطرا على نفسه على من حوله (سرى، 2003، ص9).

2- إكتمال الناحية النفسية: وهي منتهما يصلا إليه الفرد من خلال سلوكه وتفاعله مع الحياة و مع من حوله، والفرد الصحيح نفسيا هو الشخص الذي يعي دوافع سلوكه مؤثرا في البيئة من حوله بفاعلية، ويستطيع التكيف مع مانواجهه من مواقف حياتية(جاسم ، 2004، ص9).

3- الصحة العقلية: و هي قدرة الإنسان العقلية التي تتناسب مع المرحلة العمرية التي يمر بها، كما أنها تعني بمدى سلامة العمليات العقلية المختلفة لدى الفرد كالتذكر و التفكير(منصور يوسف، 1997، ص18) .

ويعرفها "بركنز" أنها حالة التوازن النسبي لوظائف الجسم، وأن حالة التوازن هذه تنتج من تكيف الجسم مع العوامل الضارة التي يتعرض لها، وأن تكيف الجسم عملية إيجابية تقوم بها قوى الجسم للمحافظة على التوازن (صالح ورمضان، 1999، ص77) أي أن

الصحة المتوازنة تتمثل في التكامل بين الوظائف التي يؤديها الجسم و تكيفها مع متغيرات الحياة

- الصحة أيضا هي علم وفن الوقاية من المرض والارتقاء بالصحة من خلال مجهودات المنظمة من قبل المجتمع (الصديقي، 1999، ص25).

أما عن منظمة الصحة العالمية فقد عرفت الصحة بأنها حالة من الكفاية والسلامة الكاملة الجسمية والعقلية والإجتماعية، وليست مجرد الخلو من المرض والضعف(مزاهرة وآخرون، 2002، ص42)، هنا منظمة الصحة العالمية تجمع بين الصحة الجسمية و النفسية و العقلية لتحقيق الإكتمال الصحي وهي حق أساسي من حقوق الإنسان و أن بلوغ أعلى مستويات التطور الصحي يعتبر من أهم الأهداف الإجتماعية على الصعيد العالمي، و أن تحقيق هذا الهدف يتطلب بذل جهود من جانب العديد من القطاعات الإجتماعية الأخرى(بحوث وأوراق المؤتمر العربي السادس، 2007، ص3).

02- مميزات وخصائص التلاميذ المدرسة الابتدائية:

المرحلة الابتدائية (6- 12 سنة): تنقسم إلى قسمين:

أ- الفترة من (6- 9) سنوات: من مميزات التلاميذ في هذه الفترة مايلي:

- سرعة الإستجابة للمهارات العلمية.
- كثرة الحركة مع انخفاض التركيز وقلة التوافق.
- ليس هناك هدف محدد للنشاط مع وجود فروق كثيرة بين التلاميذ.
- نمو الحركات بالإيقاع السريع.
- الاقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث
- القدرة على أداء الحركات بصورتها المبسطة.
- بدفع خيال الطفل للحركة ويجعله لا يملها بل يساعده على اختراع ألعاب جديدة.
- يحب الطفل اللعب في جماعات صغيرة ولو أن أغلب مظاهر نشاطه تتميز بالفردية.
- يميل الطفل إلى احترام الكبار، ويهمه تقديرهم أكثر من تقدير رفقاءه مع أنه يحتاج إلى الشعور بأنه مقبول من الجماعة التي هو فيها.

- الميل إلى ممارسة بعض ألعاب الكبار، مثل كرة القدم، كرة السلة، ولو أن الميل إلى اللعب الجماعي ضعيف.
- القدرة على التركيز والانتباه لا تزال ضعيفة والطفل لا يستطيع تركيز انتباهه لمدة طويلة.
- الفترة الممتدة من (9-12) سنة: من مميزات التلاميذ في هذه الفترة ما يلي:
 - قيادة البطولة ومحاولة تقليد الأبطال.
 - يزداد التوافق العضلي.
 - تقوي روح الجماعة وتزداد الرغبة في المنافسة بين الجماعات ويشد التنافس.
 - نشاط الأطفال في هذا السن كبير وزائد.
 - الأطفال كثيرون الملل ولا يثابرون على عمل إلا إذا كانوا يميلون إليه.
 - ينمو الاعتماد على النفس والرغبة في الاستقلال، كما يزداد الميل إلى المغامرة.
 - تظهر الفروق الفردية بين الأفراد من الجنس الواحد بصورة جلية في الحجم والقدرات والميول والرغبات.
- من المشاكل التي تواجه الأطفال في هذه المرحلة التكيف الاجتماعي والتوفيق بين رغبات وميول وقدرات الطفل ومطالب المجتمع.
- الأطفال في هذا السن قابلون للإيحاء.
- في نهاية المرحلة يبدأ الاختلاف بين البنين والبنات خاصة في سن 12 سنة.
- يؤثر الأطفال بعضهم على بعض تأثيرا واضحا، ولذلك كان من الواجب تكوين الجماعات المتجانسة وتنظيم الفرق الرياضية.
- في نهاية هذه المرحلة يذكر ما بين أن الطفل يستطيع تثبيت الكثير من المهارات الحركية الأساسية كالمشي والوثب والقفز والرمي.
- في نهاية المرحلة أيضا يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحركية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبيا بين البدن والعينين وكذلك الإحساس بالإتزان.

عموما فإن المرحلة الابتدائية، تعتبر مرحلة بنائية أي أن التمرينات المقترحة يجب أن تهدف إلى اكتساب اللياقة البدنية وفي نهاية المرحلة فإن فترة (9- 12 سنة) تعتبر الفترة التي لا تماثلها مرحلة نسبية أخرى للتخصص الرياضي المبكر وهذا بإقحام الطفل في النشاط الرياضي الذي يكون أكثر مناسب له (الريمي www.facebook.com).

03- أهمية الرياضة في صحة الطفل:

يمكن تحديد ذلك من خلال النقاط التالية:

- تجعل الجسديّ لَوْصِحِيّاً بشكل دائم من خلال تنمية العضلات وتقويتها.
- تقوّي عضلة القلب وتحميه من الإصابة بالأمراض المختلفة.
- تشدّ جسم الطفل وتزيد مرونته وتقلّل من التعب والإجهاد في حال ممارستهم عمل في الأحوال العادية.
- تضيف على الجسم الحيوية والنشاط ممّا يؤدي إلى زياده شهية الطفل للطعام الذي عادة ما يتعب الأم من أجل تناول الطعام.
- تنمّي القدرات العقلية، وتزيد التركيز من خلال تفكير الطفل في كيفية اللعب والوصول إلى الفوز، ومحاولة التركيز في كثير من الألعاب من أجل الربح، فممارسة الشيء تزيد من قوته، وكما قيل: العقل السليم في الجسم السليم.
- تمنح الثقة بالنفس للطفل، فعندما يجد نفسه بين الأطفال الآخرين في لعبة ما يشعر بأنّه عنصر فاعل له أهميّة في المجتمع، وعندما يكون الفوز أو الربح من نصيبه فإنّه ينمّي الشخصية القيادية فيه. - تجعل الطفل اجتماعياً ومندمجاً بالبيئة المحيطة، فمن خلال اللعب مع أقرانه وتبادل الكلام والآراء يتعلم الطفل كيفية التعامل مع الآخرين والسلوك الصحيح في هذا التعامل، أما في حال حبس الطفل في البيت وحرمانه من ممارسة رياضاته المفضلة والخروج إلى المجتمع فسينتج ذلك شخصية انطوائية تعزف عن الاندماج بالآخرين و ربما يؤدي ذلك إلى ظهور حالة من الرهاب الاجتماعي.
- ممارسة الرياضة ووجود قائد في اللعبة يعلم الطفل النظام وأنّه هناك شخصاً يجب أن نحترمه ونتبع تعليماته، وهذا ينعكس إيجاباً على الأيوين في البيت من خلال إسقاط قوانين اللعب في احترام القائد على المنزل، وبالتالي احترام وسماع كلمة الأولاد.

- تتمّ ي الرياضة روح التعاون، والمشاركة، والعمل الجماعي ، لدى الطفل، الأمر الذي حتماً سيجعل الطفل متعاوناً في بيته مع إخوته ويشعر بأن لكل شخص حقه، وأدّه يجب أن يكون بدأً واحدة مع جميع أفراد الأسرة، وبذلك ستختفي روح الأنانية والأثرة.

- من أهمّ ما تحقّقه الرياضة للطفل من فوائد هو تكوين العديد من السلوكات الأخلاقية، كالصبر، والصدق، والعدل، والمحبة، والتعاون، والتي يقتبسها بشكل تلقائي من خلال قوانين اللعبة، حيث تكون نفس الطفل صافية تتقبّل ما يعرض عليها من أخلاق، وتصبح شيئاً أساسياً من حياته.

04- المجتمع والتربية الرياضية:

تعد التربية عملية تهذيب وتنشئة الإنسان وهذه العملية تبدأ منذ الولادة ولا تنتهي إلا بالموت ، يمارسها كل الأفراد ، وهي تستوعب متغيرات الحياة وتبدلاتها وتتأثر بخصوصية مجتمعها ولأنها عملية إعداد الحياة تعددت فروعها وتنوعت واختص كل فرع منها بمجال من مجالات الحياة ، وكانت من بينها التربية الرياضية التي ساهمت منذ المجتمعات البشرية الأولى في مهمة ذلك الإعداد، لا سيما وأن الأفراد الذين كانوا نواة تلك المجتمعات كانت التربية الرياضية جزءاً مهماً في حياتهم وسبباً رئيسياً لبقائهم على قيد الحياة في ظل صراعاتهم المستمر مع الكثير مما أحاطهم ، والذي رسخ في نفوسهم القناعة بأهميتها وزادت الحاجة إليها حتى أصبحت حاجة إجتماعية يصعب الاستغناء عنها أو التفریط فيها، لذلك إحتلت التربية البدنية حيزاً من تفكير وإهتمام المفكرين منذ القديم وإلى يومنا هذا، وإستمر دورها يتصاعد بإستمرار في المجتمعات الإنسانية لتصبح في النهاية جزءاً من النظام الإجتماعي الذي يتحمل قسطاً من مسؤولية إرساء القيم والأخلاق والعرف وأنماط السلوك السائد في المجتمع وتعزيز مبادئ العدالة والنزاهة والتعاون والصبر، فضلاً عن دورها في المحافظة على صحة الأفراد ووقايتهم من الكثير من الأمراض وتمتين أواصر الأخوة والصداقة بين المجتمعات والأفراد كما أنها تقف مع باقي المؤسسات التربوية والتعليمية كالأسرة والمدرسة وغيرها ... إلخ (خليل إبراهيم ، 2012، ص ص 43-44)

05- آراء بعض الفلاسفة والتربويين في التربية الرياضية :

01- أفلاطون: إن لرياضة البدنية المقام الثاني في تهذيب شبابنا، لاشك أن في التمرين الجمناستيكي كثر من الموسيقى يجب أن يبدأ منذ نعومة الأظافر ويستمر مدلى

الحياة، يجب إعطاء الدروس للأحداث بأسلوب الألعاب و التسلية دون أي ظاهرة إرغام لكي يتمكن كل منهم من معرفة ميله الخاص.

02- أرسطو: في السن التي تمتد إلى السنة الخامسة فلا يطلب من الأطفال مرانته عقلية ولا متاعب عنيفة التي من شأنها أن تعوق نموها، بل ينبغي أن يطلب إليهم النشاط الضروري لاجتتاب الكسل الجسماني، ويلزم أخذ الأطفال بالرياضة البدنية ليكفل الجسم تقويماً حسناً وبهذا يكتسب الرشاقة.

03- الغزالي: إهتم بدور اللعب في حياة الطفل وأكد على أن يعود الطفل في بعض النهار المشي و الحركة و الرياضة حتى لا يغلب عليه الكسل وينبغي أن يؤذن له بعد الإنصراف من الكتاب أن يلعب لعباً جميلاً يستريح إليه من المكتب بحيث لا يتعب من اللعبوا إن منع الصبي من اللعبوا رهاقه بالعلم يميم قلبه ويبطل ذكائه وينغص عليه العيش.

04- جون لوك: يرى أن التربية ترويض ولها ثلاثة أوجه جسدي، أخلاقي ، عقلي، وأن أهدافها قوة الجسد و الفضيلة و المعرفة وأن الأولى خامة كأساس ويقول عقل سليم في جسم سليم، وصف قصير لكنه كامل للحياة السعيدة في هذا العالم ومن حصل على هذا حصل على كل مايتمناه المرء من سعادة.

05- فروبيل: هو صاحب فكرة رياض الأطفالوا إليه يعود الفضل في إنتشارها أولت أفكاره التربوية اللعب أهمية كبيرة وبخاصة في مراحل النمو الأولىوا اعتبره الوسيلة المثلى للطفل للتعبير عن مشاعره وافكاره، وهو الطريقة و المنهج الذي ينمو من خلاله الطفل بنديا وعقليا وخلقيا.(خليل إبراهيم، 2012 ص92-95)

خاتمة :

إن البرامج الرياضية المدرسية المخصصة للأطفال تتعدد وتتنوع فوائدها فهي لا تقتصر على الفائدة الجسمية فقط ، بل تتعدى ذلك لتصل إلى تقوية الشخصية ورفع الثقة بالنفس لدى الطفل ، كما تعلمه المثابرة وتزرع فيه الصبر ، فهناك بعض التحديات التي يواجهها الطفل أثناء لعبه وبتوجيه من مدربه تضاعف لديه القدرة على الإبداع والوصول إلى الأهداف المحددة من طرف المدرب، هذا إضافة إلى أن الممارسة الرياضية المدرسية تعمل على تقوية عضلات الجسم وتحسين التنفس إضافة إلى حرق الدهون الزائدة بالنسبة للأطفال الذين يعانون من السمنة.

إن برامج الرياضة المدرسية تتكامل مع باقي البرامج التعليمية لتحقيق الفرد السليم القادر على المساهمة الفعالة في بناء مجتمعه بإعتبار أن أطفال اليوم هم رجال الغد.

قائمة المراجع :

- 01- عايش ،أحمد جميل.(2009). إدارة المدرسة (نظرياتها وتطبيقاتها التربوية). (ط1).عمان : (دار المسيرة) .
- 02- آيت حمودة، حكيمه.(ب ت). أهمية المدرسة في تنمية القيم السلوكية لدى التلاميذ ودورها في توافيقهم الاجتماعي . الجزائر . ملتقى دولي حول الهوية والمجالات الاجتماعية.
- 03- زعيمي، مراد. (2007) مؤسسات التنشئة الاجتماعية الجزائر : (دار قرطبة).
- 04- اسكاروس ، فيليب ، عبد السميع، مصطفى محمد.(2008). الجديد في المدرسة والتدريس . القاهرة : (الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوريدات).
- 05- منجي الطلاب .عرب عربي (ب ت) . دمشق .
- 06- مرشد الطلاب .عربي عربي (2005). الجزائر : (المرشد الجزائري للنشر والتوزيع) .
- 07- أحمد عبد العالي ، صبري حلي .(2001). الحماية الإدارية للصحة العامة . (ط1).الإسكندرية تدار اليازوري.
- 08- أبو الرب وآخرون ، يوسف .(2003). علم الإجتماع الطبي .(ط2).عمان : دار اليازوري .
- 09- مزاهرة وآخرون ،أيمن.(2002).علم إجتماع الصحة .(ط1).عمان : دار اليازوري.
- 10- سري ،إجلال محمد .(2003).الأمراض النفسية الاجتماعية .(ط1).القاهرة : عالم الكتب للنشر والتوزيع .
- 11- محمد، جاسم محمد .(2004).مشكلات الصحة النفسية (أمراضها وعلاجها) .(ط1).عمان: مكتبة دار الثقافة .
- 12- علي يوسف، أميرة منصور .(1997).المدخل الاجتماعي للمجالات الصحية الطبية والنفسية .الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية .
- 13- السيد رمضان، عبد المحي محمود صالح .(1999).أسس الخدمة الاجتماعية الطبية والتأهيل .الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.
- 14- الصديقي، سلوى عثمان مدخل في الصحة العامة والرعاية الصحية والاجتماعية .الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- 15- تمويل الخدمات الصحية والطبية في المستشفيات العربية .(2007)بحوث وأعمال المؤتمر العربي السادس في الأساليب الحديثة لإدارة المستشفيات .القاهرة : منشورات المنظمة العربية للتنمية الإدارية .
- 16- بومعروف، نسيمه تأثيرات النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق .(2014) . مجلة البحوث والدراسات الاجتماعية .العدد8. جامعة الوادي .الجزائر .
- 17- محمد آدم ، أحمد محمد. الرياضة المدرسية وأثرها في تحقيق السلم المجتمعي .جامعة السودان للعلوم كلية التربية البدنية والرياضية .
- 18- عبد السلام مقلب الزيمي ، الرياضة المدرسية في الجزائر (www.facebook.com)
- 19- قسم التربية البدنية والرياضة ،أهمية الرياضة المدرسية (www.facebook.com)

20- [www .Maouda .com](http://www.Maouda.com)

21- <http://sites.google.com/site/preparer212>.

22- www.socialworker2009ahlamontada.net

23- <http://intendancededucation.yoo7.com>