

(3)

مدخل النشاط البدني الرياضي التربوي

التربية البدنية و الرياضة في المنهاج الجزائري

تمهيد :

تحتل التربية البدنية مكانة هامة في حياة الطفل ، باعتبارها تركز على اللعب ، فلا يمكن تجاوزها أو الاستغناء عنها، وذلك لما تضمنه من تربية شاملة وصقل لمركباته (البدنية وال نفسية والفكرية والاجتماعية).

مفهوم التربية البدنية و الرياضة في المنهاج التربوي الجزائري

يمكن اجمال المفهوم في العناصر التالية :

1- التربية البدنية والرياضة مادة تعليمية تخضع للنصوص

التشريعية للمدرسة الجزائرية ، و تشارك في تحضير التلميذ لمواجهة

المواقف العديدة و المتنوعة في المدرسة و الحياة اليومية .

2- هي مجموعة من العمليات البيداغوجية لها ابعاد تربوية بحيث

تؤثر في نمو التلميذ ، من جوانبه النفسية و الحركية و المعرفية و

الاجتماعية و يتحقق ذلك عن طريق النشاطات البدنية و الالعب

الهادفة و المقننة .

- 3- يستفيد التلميذ من المادة مرة واحدة على الأقل في الاسبوع بحجم ساعتين متتاليتين ، و تكون الانشطة اللاصفية امتدادا لها .
- 4- ليست المادة رياضة في حد ذاتها و لا ترفيه و لا لعبا نسد به الفراغ بل هي وسيلة لتحقيق ((الملح العام)) للمواطن الذي ننشده.

الملح العام : نقصد به : الصفات و الخصائص النفسية و البدنية و الاجتماعية و العقلية التي نريد تكوينها في المواطن الصالح

خصائص التربية البدنية و الرياضة

- 1- إكساب القيم والخصال الحميدة زيادة على المهارات والقدرات البدنية.
- 2- الوعي بالجسم كرأس مال يجب المحافظة عليه، لتمكين أجهزته الحيوية من القيام بدورها.
- 3- تمكين التعود على فهم المواقف واختيار الحلول الناجعة في الوقت المناسب.

أهميتها:

- قدرتها على استثمار الغريزة الفطرية المتمثلة في اللعب، لبلوغ أهداف تربوية .
- تمكّن الطفل من التكيف مع الجماعة والوسط الاجتماعي الذي ينتمي إليه.
- من خلال أنشطتها يتعلم الطفل تكوين العلاقات الودية و يخلق الصداقة بين الأفراد.
- إذ تشير كثير من الدراسات "أنّ المعرفة الأولية للطفل تتمثل في الحركة" التي يتخذ منها وسيلة أساسية للمعرفة، فيكتشف من خلالها العالم المحيط به، ويدرك الرموز والمفاهيم والعلاقات، وما ينجرّ عنها من ثراء لغوي، ينمو ويتطور لاحقا.
- بالإضافة إلى تنمية وتطوير القدرات البدنية، وعوامل التنفيذ كالسرعة والقوة والمرونة والمداومة والرشاقة والدقة، فإنّ البحوث الفسيولوجية أفادت أنّ الممارسة المنتظمة للتربية البدنية تساعد على انخفاض نسبة الدهون في الجسم وكذا الكوليسترول في الدم والذي يتسبّب في كثير من أمراض القلب والأوعية الدموية.

- كما تساهم في خفض التوترات والضغطات الانفعالية المتراكمة
على جسم الطفل خلال ايام الاسبوع