**محاضرة رقم 08:**

**أغراض درس التربية البدنية والرياضية: أهمها:**

1. **تنمية الصفات البدنية الأساسية:**

إن حاجة الجسم الأساسية لتطوير وتنمية الصفات البدنية لا يقتصر على التعلم في درس التربية البدنية وانما يتعدى إلى حاجتيه في الحياة العامة فالصفات البدنية ضرورية لأي نشاط كان سواء بدني أو فكري فعن طريقها يأخذ الجسم توازنه وكذا تنموا شخصيته وتبعث في النفس البهجة والسعادة ومصدر للراحة واطمئنان الفرد وقناعته بما وصل إليه من مستوى لهذه الصفات.

1. **النمو الحركي:**

يقصد بالنمو الحركي تنمية المهارات الحركية عند المتعلم وتنقسم إلى عنصرين أوليا مهارة حركية أساسية وهي الحركات الطبيعية والفطرية التي يزاولها الفرد تحت الظروف العادية كالعدو، المشي فهي الألعاب أو الفعاليات المختلفة التي تؤدى تحت اشراف معلم ولها تقنياتها الخاصة بها يمكن للمهارات الحركية لأساسية أن ترتقي إلى مهارات رياضية عندما:

- يكتسب التلميذ مستوى بدني جيد.

 - أن يصل إلى مستوى توافقي عالي للتكتيك.

- يتعلم قانون اللعبة أو الفعالية.

**3-اكتساب الصفات الخلقية والتكيف الاجتماعي:**

إن الغرض الذي تكتسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية والتكيف الاجتماعي مقترن مباشرة بما سبقه من الاغراض في العملية التربوية وبما أن درس التربية البدنية حافل بالمواقف التي نجسد فيها الصفتين فكان الزاما علينا أن نعطي كلاهما صيغة أكثر دلالة ففي اللعب الجماعي يظهر التعاون والتضحية وانكار الذات حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل زميله وهذا قصد تحقيق الفوز.

1. **الغرض الصحي:**

تعددت اغراض التربية البدنية إلى خلو الجسم من الامراض لتصل إلى الصحة النفسية أو الاستقرار النفسي لذا فبرامج هذه الأخيرة غنية بفعاليتها وأنشطتها المختلفة والتي تعمل على إسعاد التلاميذ وتفاؤلهم للحياة، كما تبعدهم عن كثير من الامراض النفسية والاجتماعية والتي قد تصيبهم كالانطواء، وعدم القدرة على المواجهة كما تستدعي التربية البدنية السير على أوضاع التلاميذ خلال أداء التمارين أوالجلوس وتصحيحها لتمكن التلميذ من التطور السليم والمتزن الذي يسمح له بالاستقرار النفسي

1. **النمو العقمي:**

إن عملية النمو عملية معقدة، ويقصد بها التغيرات الجسمية والوظيفية والسيكولوجية تحدث للكائن الحي، وهي عملية نضج للقدرات العقلية ويلعب مدرس التربية البدنية دورا إيجابيا وفعالا في هذا النمو بصورة عامة والنمو العقلي بصورة خاصة.