**المحاضرة الرابعة**

**(( آراء بعض الفلاسفة والتربويين في التربية البدنية وعلوم الرياضة ))**

**ا.د محمود الربيعي\كلية المستقبل الجامعة\قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة**

1. **سقراط : لا يحق للمواطن أن يكون هاويا في التمرينات البدنية ، عليه أن يمارسها كما لو كان محترفا للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبة ، ويستجيب لنداء الوطن كلما دعاه .اضافة الى ذلك فأنها خيبة أمل لرجل يبلغ من العمر عتيا دون أن يتمتع بجمال جسمه وقوة بدنه في مراحل حياته الشبابية . أن لياقة المواطنين البدنية وقدرتهم الجسمية المختلفة هي التي تكون الكفاءة العالية والقوة الهائلة لمجموع الشعب والأمة .**
2. **أفلاطون : إن للرياضة البدنية المقام الثاني في تهذيب شبابنا . لاشك في أن التمرين الجمناستيكي كالتمرين الموسيقي يجب أن يبدأ منذ نعومة الأظفار وان يستمر مدى الحياة ( حنا خباز – 1980،ص97) .**

**يجب إعطاء الدروس للأحداث بأسلوب الألعاب والتسلية دون أدنى ظاهرة إرغام لكي يتمكن كل منهم من معرفة ميله الخاص . وان تستمر التمرينات الجسدية للأحداث لمدة سنتين أو ثلاث ، ولا يعمل أي شيء أخر في أثناء التمرين ، لأن التعب والنوم هما ألد أعداء الطالب . عدا ذلك أن تصرف كل طالب من الطلاب في خلال تمرينهم هو امتحان مهم جداً من حيث تبيان سجيته .**

**3- أرسطو : في السن التي تمتد الى السنة الخامسة فلا يطلب الى الأطفال مرانه عقلية ولا متاعب عنيفة من شأنها أن تعوق نموهم ، بل ينبغي أن يطلب أليهم النشاط الضروري لاجتناب الكسل الجسماني . يمكن تحريض الأطفال على العمل بوسائل شتى ولاسيما اللعب ، وينبغي أن تكون ألعابهم على العموم مبادئ للتمرينات التي سوف يأخذون أنفسهم بها متى تقدمت بهم السن .( أرسطو طاليس ، 1947،ص284) .**

**إن الشغل مجلبة للنصب وحصر للملكات فيلزم حينئذ الانصراف في الوقت المناسب الى استخدام الألعاب باعتبارها دواء" ناجعا . وإن الحركة التي يؤتيها اللعب تنشط العقل وتريحه بما تؤتيه من اللذة .ويلزم أخذ الأطفال بالرياضة البدنية ليكفل للجسم تقويماُ حسناً ، وبهذا يكسبه الرشاقة .**

1. **ابن سينا : كان له رأي في النمو الحركي للأطفال ، فقال إذا اخذ ينهض ويتحرك فلا ينبغي أن يقوم بالحركات العنيفة ولا يجوز أن يحمل على المشي أو القعود قبل انبعاثه إليه بالطبع فيصيب ساقيه وصلبه آفة.( مامسر،2001،ص287) .**

**وقال عن سن الصبا ، إذا انتبه الصبي من نومه فالأحرى أن يستحم ثم يخلى بينه وبين اللعب ساعة ، ثم يطعم شيئا يسيرا ثم يطلق له اللعب الأطول ثم يستحم ثم يغذى . ولإبن سينا مساهمات ودراسات في فوائد الرياضة الصحية والنفسية وعلاقة الماء والسوائل بممارسة الأنشطة الرياضية والتدرج في الأداء ، وكذلك في مجال التدليك وفوائده .**

1. **الغزالي : اهتم بدور اللعب في حياة الطفل وأكد على أن يعود الطفل في بعض النهار المشي والحركة والرياضة حتى لا يغلب عليه الكسل . وينبغي أن يؤذن له بعد الانصراف من الكتاب أن يلعب لعبا جميلا يستريح إليه من تعب المكتب ، بحيث لا يتعب من اللعب ، فان منع الصبي من اللعب وإرهاقه بالعلم يميت قلبه ويبطل ذكاءه ، وينغص عليه العيش . ( شبلي ، 1954،ص276).**
2. **ابن مسكوية :ينبغي أن يؤذن للطفل في بعض الأوقات أن يلعب لعبا جميلا ليستريح أليه من تعب الأدب . ولا يكون فيه لعبه ألم ولا تعب شديد ، فالرياضة تحفظ الصحة وتنفي الكسل وتطرد البلادة وتبعث النشاط وتذكي النفس .**
3. **ابن رشد : عرف الرياضة بأنها حركة الأعضاء لإرادة ما . وإن الرياضة بالجملة عظيمة وإنها أشد من عدم الرياضة ، وأشار الى نوعين من رياضة الأعضاء هما رياضة نوعية لعضو بذاته ، ورياضة عامة للجسم كله**
4. **توماس اليوت : يؤمن بأن العقل والجسم بحاجة ماسة الى الترويح بعد عناء النهار والأعمال التي يمارسها الانسان طوال النهار والتي لا يعالجها إلا اللعب والتمرينات البدنية.**
5. **جان لـوك : يرى أن التربية البدنية ترويض ، وان أوجه التربية ثلاث ، جسدي وأخلاقي وعقلي ، وإن أهدافها قوة الجسد والفضيلة والمعرفة . وإن الأولى هامة كأساس . ويقول عقل سليم في جسم سليم ، وصف قصير ولكنه كامل للحياة السعيدة في هذا العالم ، ومن حصل على هذا حصل على كل ما يتمناه المرء من سعادة (فاخرعاقل ،1981، ص135).**
6. **جان جاك روسو : أن التربية البدنية لا تقل شأنا عن التربية الفكرية ، ولابد للجسم أن يكون قويا لكي ينقاد الى الروح ، ولابد لمن يؤدي خدمة جيدة أن يكون قويا ومستعداً لها . وإذا أردت أن تهذب ذكاء تلميذك عليك أن تهذب القوة التي تتحكم بجسمه ، وعليك بالمزيد من التمرينات البدنية دون انقطاع . وإجعله قويا وسليما أن أردت أن تخلق أنسانا رصينا وحكيما . دعه يعمل ويتحرك ويجري ويلعب وأن لا يتوقف عن الحركة ، وإنه لخطأ كبير يبعث الى الأسى إن كنت تتصور أن التمرينات البدنية تؤثر أو تعيق نمو الفكر والعقل .**
7. **بستالوتزي : تطرق الى أهمية اللعب للأطفال ، وأكد على ضرورته وأهميته في توسيع خبرات الطفل . وإعتبر الألعاب الجمناستيكية وسائل أخرى للتربية العامة في النواحي الفسلجية والعقلية والأخلاقية ، مع الأخذ بنظر الاعتبار أن تدريب الأطفال الذكور على هذه الألعاب ينبغي أن يكون مختلفا عن تدريب الأطفال الإناث.( الحلي وآخرون ، 1985،ص105) .**
8. **فروبيل : هو صاحب فكرة رياض الأطفال واليه يعود الفضل في انتشارها ,وأولت أفكاره التربوية اللعب أهمية كبيرة وبخاصة في مراحل النمو الأولى ، وعده الوسيلة المثلى للطفل للتعبير عن مشاعره وأفكاره.وهو الطريقة والمنهج الذي ينمو من خلاله الطفل بدنيا وعقليا وخلقيا .(الخولي ، 1996،ص393).**
9. **لينج : آمن بأن التمرينات البدنية يمكن أن تؤدي وظيفتها في أربعة اتجاهات هي الصحي والتربوي والجمالي والعسكري . كما آمن بأن التربية البدنية والرياضة هامة للضعفاء أهميتها للأقوياء ، ويجب أن يوضع التدريب على أساس اعتبار الاختلافات الفردية ، وإن العقل والجسم يجب أن يعملا معاً بانسجام . وقد تضمنت أغراض لينج للتربية البدنية الرغبة في تحقيق تنمية جسم الفرد الى أقصى حد ، وإعادة الصحة للأفراد الضعفاء والمعوقين وجعل الأمة قوية في نفس الوقت . ( السراج، 1986، ص144) .**
10. **جون ديوي : اعتبر اللعب علامة من علامات النضج في مراحل الطفولة ، حيث تكمن أهميته في انه يفسر اهتمامات الطفل وتبصره في استخلاص الأهداف كما يؤدي الى تحكم الطفل في أفعاله في سبيل هذه الأهداف .**

**إن آراء أولئك الفلاسفة والتربويين تتركز في عدة اتجاهات هي :**

**1- الطفل : تم التأكيد على أهمية الحركة واللعب للأطفال والصبيان ، فهذه المرحلة تمثل البداية التي يمكن أن تحدد الكثير من ملامح المستقبل للفرد في المجالات البدنية والصحية والتربوية والعقلية إذا ما أحسن البناء والتوجيه . وتبرز أهمية الحركة واللعب في إنهما الوسيلة لإكساب البدن القوة ، وتقويم التشوهات التي قد تعتريه ، والمحافظة علية سليما معافى طيلة حياته ويوفر له فرصة مواجهة أعباء الحياة ومتاعب العمل بكفاءة عالية . ويعد اللعب وممارسة التمرينات الرياضية متنفساً لتحرير الطاقة الكامنة في أجسام الأطفال ، والخروج من نمطية الحياة اليومية التي يعيشونها ولاسيما بعد انتهاء وقت الدراسة . فهو تحرر من القيود التي على الطفل الالتزام بها ، ومستوى التركيز الذي يجب أن يكون عليه عند متابعة دروسه .**

**ولأن اللعب عالم خاص مليء بالمواقف فهو والحالة هذه مصدر لخبرات متجددة بإستمرار تحفظها ذاكرة الطفل . ولا يخفى على أحد القيمة الكبيرة للخبرة في مراحل الحياة جميعها . أن مواقف اللعب التي على الطفل مواجهتها والتعامل الآني معها تدفعه لأعمال عقله بغية أيجاد الحلول لها ، وهو ما يدفعه الى التفكير المستمر وينمي ملكة الذكاء لديه . وعندما يصبح اللعب عادة دائمة فلا بد وأن يرتبط بأهداف يرسمها الطفل أو من يشرف عليه أو كلاهما ، ويكون مطلوبا منه السعي لتحقيقها . وإذا ما علمنا أن التخطيط للحياة ورسم الأهداف حالة تلازم الفرد في جميع مراحل حياته فإن التعاطي معها واستثمارها يكون بمستوى أفضل أن اعتاد الانسان ممارستها منذ مراحل مبكرة من حياته .**

**وإذا أضفنا لكل ما تقدم الآثار الايجابية للعب في الجوانب الاجتماعية والنفسية والخلقية فإن اللعب يصبح والحالة هذه وسيلة اعداد للحياة يجب عدم حرمان الأطفال منها إذا أردنا لهم أن يكونوا حقا بناة المستقبل وقادته ، لاسيما وإن حب اللعب والحركة يمكن أن يبقى في دائرة اهتماماتهم في القادم من حياتهم .**

**2- اللياقة البدنية : من الصور التي تتجلى فيها قيمة الأفراد صورة ما يقدمونه من خدمات للآخرين ولأنفسهم ، ومقدار الجودة التي تمتاز بها خدماتهم تلك . وعلى الرغم من تفاوت الأدوار والخدمات المطلوب من الأفراد أداؤها وتقديمها إلا إن الاستعداد البدني يعد قاسما مشتركا فيما بينها . ومن هنا جاء تأكيد الفلاسفة على أهمية ممارسة التمرينات الرياضية من قبل الأفراد كافة ، وربطوا بين استمرارية الأداء وكفاءته ، وبين لياقة الفرد البدنية التي يحصل عليها عبر تلك التمرينات . ولا تختص التمرينات بالأقوياء فقط بل مهمة وضرورية للضعفاء ايضاً مادام الهدف منها هو الارتقاء بلياقة الأفراد البدنية ، لاسيما وإن مجموع لياقتهم يصب في مصلحة الشعب والوطن .**

**ولا يقل التزام الفرد تجاه نفسه أهمية عن التزامه تجاه الآخرين ، فهو مطالب بالسعي نحو الأفضل ، ولا يتحقق ذلك إلا عبر بذل الجهد والعمل المتواصل ، وهو ما يعيدنا مرة ثانية الى نقطة الأصل وهي اللياقة البدنية .**

**3- الأعداد العسكري : إن استثمار الرياضة لغرض الأعداد العسكري أمر توارثته المجتمعات منذ أن قامت ، وكان في مقدمة المنطلقات الفلسفية التي رسمت مسار التربية البدنية وعلوم الرياضة فيها . وإن تأكيد فلاسفة العصر الحديث عليه أنما هو استمرار لذلك النهج وترسيخ لأهميته .**

1. **الصحة : تقف الصحة في مقدمة الأمنيات والأهداف التي يحاول الفرد تحقيقها طيلة سني حياته ، وهي تعني لغوياً " عدم اعتلال الجسم وسلامته " .( المنجد ،1973، ص407). والاعتلال يشمل هنا الأمراض والتشوهات التي تصيبه لهذا أو ذلك . يعد نشاط الفرد وحيويته وسلامة أعضائه دليلا على صحته ، فيما يعد الوهن والخمول من مظاهر اعتلاله . والنشاط أحد مصادر سعادة الانسان وعامل مؤثر في سلامة تفكيره وفاعلية أدائه ونوعيته ، وهو عنصر مؤثر في الإنتاج . أن الرياضة تكسب الانسان النشاط وعن طريقها تسهم الى جانب ما تقدم في زيادة مقاومة الجسم للأمراض ، وتحسين كفاءة عمل أجهزته الوظيفية . وهي محطات تصب في صالح الانسان وتضفي على حياته السعادة والراحة والطمأنينة .**
2. **الترويح : أن تنوع المواقف الحياتية حاجة لا غنى للإنسان إذا ما أراد أن يبقي على عنفوان تواصله مع مفردات الحياة والمساهمة فيها بإيجابية . فإستمرار تكرار الأحداث أو الأفعال أو المواقف بشكل روتيني لا تجديد فيه ولا إبداع ولا ابتكار يفقد الحياة جمالها ويؤدي الى الملل والضجر وربما الى بلادة العقل وقد يميت القلب .ومن مفردات التنوع التي تديم زخم الحياة الترويح ، بسبب الأجواء غير التقليدية المرافقة له والتي لا علاقة لها بأجواء العمل أو الجد التي تشغل وقتا ليس بالقليل من منهاج الحياة اليومي للإنسان . وتقف التمرينات والألعاب الرياضية في مقدمة وسائل الترويح التي يقبل الناس عليها في كل مكان لما يحتويه من حركة ونشاط ، وما يسود أجواءها من مرح وسرور وعفوية تنعكس ايجابياً على العقل والجسم على حد سواء .**
3. **الذكاء : توفر الرياضة خبرات مضافة لممارسيها يستعان على مواجهة متطلبات الحياة ومواقفها . والأداء بحد ذاته جانب معرفي يمدنا بالخبرات بسبب ما يحتويه من مواقف تتطلب استجابات وحلول أنية تتنوع ما بين المعروف والمبتكر . وإذا ما كان استدعاء الحلول المعروفة يعتمد على ذاكرة نشيطة قادرة على استرجاع المعلومات بسرعة ، فإن اتخاذ قرار باختيار احدها يحتاج الى قدر من الذكاء . أما توليف مجموعة حلول للوصول الى حل جديد ، أو ابتكار حل لم يسبق اعتماده فانه يحتاج دون شك الى قدر اكبر من الذكاء . ولما كانت مواقف الحياة يخدم بعضها بعضا ، ويستعان بأحدها أو مجموعة منها على تجاوز مواقف أو عدد من المواقف فإن الألعاب والتمارين الرياضية تكون في هذه الحالة وسيلة جيدة للحصول على الخبرات وتنمية الذكاء وشحذ الذاكرة ليس من المنطلق اغماط دورها أو الانتفاض منه .**
4. **الجانب التربوي : إن اختلاف الأهداف التي تمارس الرياضة من اجلها لا يلغي دورها في البناء التربوي لممارسيها أو يحجم منه .وسواء كانت الغاية الترويح أو التسلية أو تنمية اللياقة البدنية أو الأعداد لمنافسة ، سواء كانت فردية أم جماعية فان حزمة من القيم ترافقها وتؤثر في ممارسيها . فاحترام جو الفعالية والمشاركين فيها ، وبذل الجهد ، والالتزام بالقواعد التي تحكمها والتعاون مع الآخرين والإيثار لأجلهم ، والتواضع لهم وللذات ، تندرج جميعها تحت عنوان البناء التربوي وهو ما يحق للتربية البدنية وعلوم الرياضة أن تفتخر به .**