

المحاضرة الرابعة (حصة واحدة): التوجيه الرياضي في كرة اليد

* تمهيد:

يستخدم التوجيه في جميع جوانب حياة الفرد، و ذلك بقصد توجيهه الوجهة الصحيحة السليمة، و التي تحقق أهدافه المشروعة و أهداف مجتمعه، و لعل من احد أهم جوانب التوجيه في حياة الفرد التوجيه الرياضي، و الذي يهتم بمساعدة التلاميذ أو الرياضيين في اختيار نوع النشاط الرياضي الذي يناسبهم، و الذي يتفق مع استعداداتهم و قدراتهم و ميولهم و ما لديهم من دافعية و حماس، لأن عملية إعداد الرياضيين للمشاركة في المسابقات الرياضية عملية بالغة الأهمية، كونها تتركز على عدة عوامل هامة من بينها ما ذكرناه سابقا، و هذا لأن عملية التوجيه الرياضي عملية اقتصادية توفر الجهود و تحرز أفضل النتائج في وقت قصير.

1- تعريف التوجيه:

يعرف سعد جلال التوجيه بأنه " مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم نفسه و يفهم مشاكله، و أن يستغل إمكاناته الذاتية من قدرات و مهارات و استعدادات و ميول لحل مشاكله حلا عمليا يؤدي إلى تكييفه مع نفسه و مع مجتمعه ".

و يعرف أحمد أحمد عواد التوجيه بأنه مساعدة يقدمها أشخاص مؤهلون و مدربون إلى شخص آخر في أي مرحلة عمرية من مراحل النمو، و هذه المساعدة الفنية تمكنه من تدبير أوجه نشاط حياته و تغيير أفكاره و اتخاذ قراراته و تحمل أعباءه بنفسه، و هذه المساعدة تقدم بطريقة مباشرة أو غير مباشرة كما أن الفرد قد يتلقاها بمفرده أو مع مجموعة.

2- أهداف التوجيه:

- تبصير الفرد بحالته ليكشف قدراته و مهاراته و استعداداته و ميوله.

- إدراك المشكلات التي تعترض الفرد و فهمها.

- استغلال إمكانات الفرد الذاتية و البيئية بتحديد أهدافه في الحياة.
- التوافق أو تكيف الفرد مع نفسه و مع مجتمعه و بيئته.
- النمو بشخصية الفرد إلى أقصى درجة لتتناسب مع إمكاناته الذاتية.

3- أنواع التوجيه:

3-1- التوجيه النفسي:

يهدف إلى مساعدة الفرد على فهم مشكلاته و تفسيرها و العمل على حلها أو التخفيف منها و من حدتها بوضع أهداف واضحة تساعد على التكيف معها، و يفيد التوجيه النفسي في نمو الفرد و نضجه.

3-2- التوجيه المهني:

يهدف التوجيه المهني إلى تعريف الفرد بالقدرات و المهارات و المؤهلات التي تتطلبها المهنة، كما يهدف إلى مساعدة الفرد في اتخاذ القرار بشأن اختيار المهنة على أساس تحقيق الرضى الشخصي عن المهنة.

3-3- التوجيه المدرسي:

" يهدف إلى الكشف عن قدرات الفرد و مهاراته، و إمكانياته من أجل الاستفادة من ذلك، فاختيار التخصصات المناسبة و المناهج الدراسية يؤدي إلى نجاح الفرد في حياته الدراسية و كذلك التربوية " .

4- مفهوم التوجيه الرياضي:

التوجيه الرياضي هو العملية التي يتم من خلالها مساعدة الأفراد الناشئين على إختيار الرياضة المناسبة لهم، أي تلك التي تتفق مع ما يوجد لديهم من قدرات و إستعدادات و ميول و سمات و ظروف اقتصادية. يمكن حصر التوجيه الرياضي في 3 نقاط:

أولاً: الكشف عن الاستعدادات الخاصة لكل ناشئ و التعرف على ميوله الحقيقية و على نواحي نشاطه المختلفة و اتجاهاته النفسية و إمكانياته.

ثانياً: تحديد نوع الرياضة التي تتناسب مع الاستعدادات و الميول و القدرات الموجودة أو المتوفرة لدى الفرد

الناشئ.

ثالثاً: إحلال التوجيه المبني على أساس احترام شخصية الفرد و على الرغبة في مساعدته على تحقيق إمكانياته.

5- ما يجب مراعاته في عملية التوجيه الرياضي:

عند القيام بعملية التوجيه يجب على القائم بهذه العملية مراعاة بعض النقاط الأمور الموجودة في الفرد الطالب للتوجيه و هي:

5-1- الميل:

هو نوع من الشعور بالاهتمام، و أسلوب من أساليب العقل، فأى ناشئ عنده ميل قوي إلى ممارسة رياضة معينة، عندما يجد فيها راحته و اطمئنانه، و عند مزاوله التدريب فيها لا يشعر بالتعب و الإرهاق و الملل.

5-2- الإستعداد:

الإستعداد هو احتمال وصول الفرد إلى درجة معينة من التمكن (التعلم) بعد الاستفادة من التدريب.

5-3- القدرة:

القدرة هي القوة الكامنة في جسم الإنسان، و التي بفضلها يستطيع القيام بعمل ما، كأداء حركي أو تدريب رياضي.

5-4- الرغبة:

هي ميل الفرد الناشئ إلى ممارسة نوع من الرياضة مثل: كرة اليد، كرة القدم....الخ.

هي تلك الحالات أو القوى الداخلية التي تحرك الرياضي و توجهه لتحقيق هدف معين، و هذا الهدف ليس قوى أو حالات يمكن رؤيتها مباشرة و إنما هو في داخل الفرد.

6- دور مدرس التربية البدنية و الرياضية في التوجيه الرياضي:

يشترك مدرس التربية البدنية و الرياضية في إدارة المدرسة، فهو يقوم بالتدريس كمدرس لمادة التربية البدنية و الرياضية و الإشراف على أوجه النشاط في المدرسة، كما يمكن لهذا المدرس بناءً على خبرته العملية كيفية التمييز بين الفروق الفردية بين التلاميذ و التعامل معهم بما يتناسب مع حالة كل تلميذ.

يمثل مدرس التربية البدنية و الرياضية محورا رئيسيا في برنامج التوجيه، إذ أنه يعمل مع التلاميذ طوال اليوم و يستطيع ملاحظتهم في مواقف و أعمال متعددة في الملعب و الساحة، فعلى سبيل المثال خلال درس التربية البدنية و الرياضية يلاحظ الأستاذ تلميذه ثم يكتشف ميول هذا الأخير عن طريق ملاحظة الرياضات و الألعاب الرياضية التي يختارها التلميذ و يحب ممارستها بشغف، كما يستطيع أن يستنبط بعض الدلالات من علاقات التلميذ بزملائه في الملعب، كما يستطيع أن يتعرف المدرس على عادات التلميذ و حالته الصحية.

و لا شك أن تفهم مدرس التربية البدنية و الرياضية لتلميذه و تقبله له يوفران للتلميذ الشعور بالرضا بالإضافة إلى اكتسابه للخبرات المختلفة و أوجه النشاط البدني و الرياضي من طرف أستاذه، أما إذا أحس التلميذ بعدم فهم أو تقبل مدرسه له فإن الاتصالات اليومية للتلميذ مع أستاذه ستقف حائلا دون تكييفه معه، و بالتالي مع مدرسته.

و تظهر أيضا عملية التوجيه و الرغبة نحو التدريب و التوجيه من أهم واجبات المربي الرياضي أو أستاذ التربية البدنية و الرياضية، إذ يتطلب منه إدراج التدريب بشكل يحقق السرور و يزيد الشوق لدى الرياضي الناشئ موضحا له خطط المستقبل و مساعدته على تجاوز العراقيل و الصعوبات وصولا إلى تحقيق المستوى العالي.

و يستطيع المربي الرياضي أو أستاذ مادة التربية البدنية و الرياضية القيام بعملية التوجيه للناشئين

في المدرسة أو النادي في نطاق المستويات التالية:

1- مستوى الحصول على المعلومات.

2- مستوى المساعدة في حل المشاكل التربوية.

3- مستوى المساعدة في الاختيار.

4- مستوى المساعدة في المشاكل الشخصية.