

مقدمة

هذه المادة العلمية الموضوعية التى اشتملت فى مضمونها على المتطلبات التى طال البحث عنها فى رياضة أوقات الفراغ وكيفية توظيفها والتى هى فى نفس الوقت تعبر عن مفهومنا العام للعمل فى ميادين التربية الرياضية ووضع البرامج المختلفة لقضاء أوقات الفراغ والترويح .

كما أن هذا الكتاب أيضا يعرض وضع القواعد لمدرسى التربية الرياضية ومشرفى البرامج الرياضية فى المراكز والمؤسسات الرياضية المختلفة حتى يمكنهم تفهم الاتجاهات العلمية الأخيرة لمحتويات البرامج، وطرق وضع الساعات التدريبية، وروعى فيها أن تكون متناسبة للظروف الزمنية المختلفة لأوقات الفراغ فى القطاعات المختلفة، والاحتياجات النفسية والبيولوجية للفرد.. كما وضع الكتاب كيفية بناء مجموعات الممارسة، والمشاكل البيولوجية، والطرق المختلفة المناسبة للفروق السنية وكيفية التعامل معها .

وسنلاحظ أن محتوى الأجزاء الأخرى بينت العناصر الأساسية المرتبطة برياضة الترويح وأوقات الفراغ بالنسبة للمؤسسات الصحية والترويحية، وأهم الملاحظات التى يجب أن تتبع فى إدارة هذه المؤسسات .

كما تم شرح النواحي التى يجب مراعاتها فى التمرينات والتدريب فى رياضة أوقات الفراغ . وقد أكد فى هذا الجزء على المسابقات وأشكال المنافسات المختلفة، لأن قياس الأداء ومقارنة المستويات أمر حيوى أيضا بالنسبة للممارسين على تشجيعهم على الممارسة .

ثم روعى بعد ذلك معالجة المشاكل المتداخلة فى وضع التمرينات والمسابقات فى القطاعات المختلفة، والتى هى فى نفس الوقت ذات أهمية كبيرة، وأخذ فى الاعتبار فى هذا الجزء المسار اليومي لحياة الأفراد والنواحي

الاجتماعية الرياضية والطرق المختلفة فى القطاعات المؤثرة (المصانع - المناطق السكنية - المنتجعات والأجازات).

كما تعرضت هذه الدراسة لبناء الأماكن الرياضية والملاعب حتى يمكن لمدرسى التربية الرياضية ومشرفى البرامج الرياضية والقائمين بالعمل فى هذه المجالات أن يكونوا فكرة واضحة عن كيفية العمل والإنشاء لهذه الملاعب والمباني الرياضية.

وهذه المادة العلمية قابلة للمناقشة والزيادة. ونشكر كل من يسهم فى العمل على زيادتها سواء بالبحث أو بالتوجيه أو بالنقد.

أ.د. كمال درويش