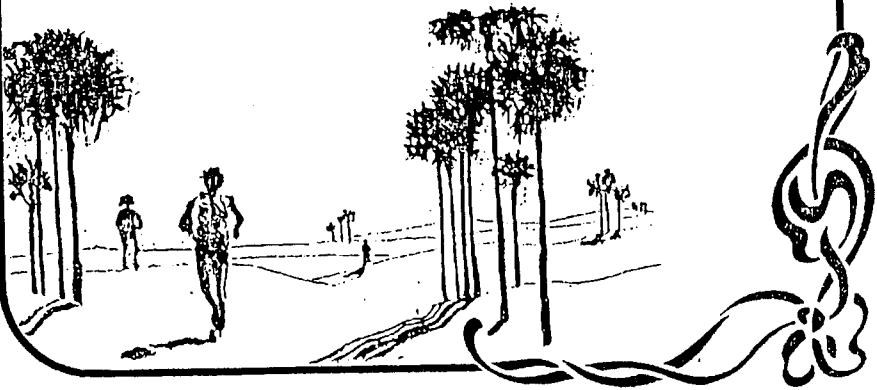


الفصل الرابع

التمرينات الخاصة بالرياضة أوقات الفراغ



التمرينات الخاصة بالرياضة أوقات الفراغ

الأهمية الخاصة للتمرين في رياضة أوقات الفراغ،

على الرغم من أن الألعاب الرياضية والترحال يعتبران من الأشكال الرئيسية لرياضة الترويح وأوقات الفراغ إلا أن النواحي النظرية والإدارية والوسائل المادية لها تطورت كثيراً بصفة غير كافية بمقارنتها بالرياضة المدارس أو رياضة البطولات والخدمات الرياضية المقدمة للقوات المسلحة. وإذا حاولنا البحث عن محتويات وأشكال هذه القطاعات المختلفة لوضعها في شكل توصيات لقوى العمل التربوي لظهرت لنا في ميدان رياضة أوقات الفراغ والترويح أشكال متعددة من الملاحظات التي يختلف فيها ميدان العمل عن القطاعات الأخرى.

والخاصية الأساسية التي تجابهنا بوجه خاص هي العمل بطريقة اختيارية لإنجاز التمرينات البدنية في شكل ذاتي أو أى شكل آخر من الأشكال التي يكون الاشتراك في الحياة الرياضية لها لا يحمل أى خصائص إجبارية.

ومن خلال النظام الاجتماعى والنظام الموضوع لأوقات الفراغ وممارسة الرياضة فيه يمكن أن تتوصل إلى تسمية بعض الخواص الأخرى التي تتميز بها رياضة أوقات الفراغ والترويح مثال ذلك أن الممارسة تكون كاحتياج ضرورى أو عن رغبة للاشتراك بصفة عامة بطريقة اجتماعية فى المجتمع، وبصفة فردية فى اكتساب دلالات الشعور بالفوز أو النجاح وما يتخلل وضع العمل الرياضى من فرص مثالية لتحقيق هذه الدلالات.

وبناء على ما سبق فإنه يجب مراعاة الاحتياجات الضرورية للرغبات، وحالات المستوى والمتطلبات الخاصة فى استخدام الوسائل والطرق فى التعلم والتعليم وأشكال المسابقات المقترحة. والسؤال الموجه الآن هو عن: ماهية الدور الذى تلعبه هذه الخواص السابقة، أو بمعنى آخر ما هو الحجم الذى يجب على المدرس أو التربوى الرياضى مراعاته أثناء العمل فى هذا القطاع؟

وسنحاول أن نذهب فى إجابتنا عن هذا السؤال، إلى أن أساسيات وأهداف رياضة أوقات الفراغ والترويح مثلها مثل كل القطاعات الرياضية تتبع متطلبات المجتمع العامة من ناحية القدرة البدنية والصحية للمشارك، وفى قطاعات الرياضة الأخرى (مثلا قطاع رياضة المدارس) تتميز المشاركة بالممارسة فى الأشكال الإجبارية تبعاً لبرنامج بنائى تشرف عليه الدولة.

أما فى رياضة أوقات الفراغ والترويح، فالأمر هنا يختلف على أساس أن العمل يركز على الاقتناع بالضرورة واتخاذ هذا الطريق لاكتمال الناحية البدنية أو بمعنى آخر فإن الرغبات والاهتمامات يكون لها دور مستمر ودائم، أى أن الممارسة هنا كلها تعتمد على الاقتناع الذاتى بها، ويعنى ذلك أن الشعور بالواجب ضرورى للعمل التربوى فى هذا القطاع. أى أننا هنا نتكلم عن الوصول إلى واجب الارتباط الدائم (الحاجات الضرورية) لممارسة منتظمة للتمرينات الرياضة. وهذا يمكن من خلال تقارب وتطابق الرغبات والاهتمامات الفردية لمتطلبات المجتمع من أجل بناء شخصية المواطن الصالح.

الاتجاه الاختيارى للاشتراك:

لقد ظهر - مما سبق - الحقيقة الآتية وهى: أن الاشتراك فى الأشكال المنظمة لرياضة أوقات الفراغ والترويح، وأيضاً الممارسة الذاتية للتمرينات الرياضية - الألعاب والتجوال - يجب أن تتميز بخاصية الاختيار، والترتيبات الاجتماعية لمؤسسات رياضة أوقات الفراغ والترويح، لا تبيح إجبارية الممارسة الرياضية فى هذا القطاع. ومن الممكن بناء على ربط المشترك بالعمل الرياضى والممارسة المنظمة أن تنشأ العلاقات الإجبارية التى تظهر نتيجة لتمسك الممارس نفسه بمزاويلته للنشاط وإقناعه بمدى أهمية هذه الممارسة، والواجب الحقيقى هنا يقع على كاهل المؤسسات الترويحية لعملها المنظم للوصول إلى الزيادة المستمرة لأعضائها، وهذا يسرى أيضاً على المؤسسات الاجتماعية التى يمكن أن تمارس فيها الرياضة (المجلس الأعلى للرياضة - مراكز رعاية الشباب، النوادى، اتحاد الشركات والمصانع) ويظهر تبعاً لطبيعة العلاقات

ومدى الاشتراك وعن طريق التحليل لدرجة الاشتراك فى ساعات التدريب والتمرينات أن انتظام الأعضاء فى الممارسة المنتظمة ليس كامل سواء أكان ذلك داخل الفرق أو المجموعات. وقد ثبت عن طريق بعض التجارب التطبيقية حول مجموعات التمرينات للبالغين^(١) أنه فى المتوسط يحضر من بين كل ٢٤ عضواً فقط فى كل مجموعة، أى أن النسبة المئوية لزيادة المجموعات والساعات التدريبية تكون ٥٠٪ تقريباً وفى المجموعات التى تتكون من الأطفال والصبية تزداد نسبة الاشتراك إلى ٧٦٪، ويعتبر ذلك درجة عالية للاشتراك.

ولما كانت الإيضاحات حول سبب التغيب وعدم الانتظام فى حضور الساعات التدريبية غير واضحة حتى الآن، فإن كثيراً من الأبحاث اتجهت للوصول لسبب هذا الغياب، وقد ظهرت بعض الأبحاث التى أجريت عن كيفية البناء الرياضى وتنظيم مجموعات التمرينات أن هناك علاقة مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بين مستوى الكيفية وعدد المشتركين^(٢) وفى بعض مراكز الرياضة الترويحية ظهر مدى أهمية أسلوب العمل الرياضى وماهية محتوياته والساعات المقترحة للممارسة.

وفى مجموعات التمرينات التى استمرت لمدة زمنية طويلة فى كثير من الأندية الرياضية تميزت هذه المجموعات بالمحافظة على عدد المشتركين بدرجة واضحة (فريق الشمس فى نادى الأهلى والجزيرة). لأن فى هذه المجموعات نشأت علاقات شخصية قوية بين أعضائها من خلال السنوات الطويلة للممارسة الجماعية لنشاط واحد بينهم. وتظهر قوة هذه العلاقات أيضاً من خلال حضور بعض المرضى بأمراض تمنعهم من مزاوله الرياضة لمشاهدة زملائهم، أو زيادة أعضاء المجموعة للزميل المريض فى منزله مثلاً أو السؤال عنه.. إلخ. وهناك كثير من الأسئلة على مدى الارتباط بين أفراد فريق

(١) أجريت هذه التجارب فى جمهورية ألمانيا الديمقراطية ١٩٦٥.

(٢) المتعلقات المختلفة لوضع الحمل - طرق التعليم والملاحظات الأخرى الخاصة بطريقة الاشتراك.

الشمس فى الاعتذار عن الحضور بالاتصال تليفونياً أو الجزاءات المعطاة من رئيس الفريق لبعض الأعضاء، ومع ذلك يحضر العضو للمشاهدة على الأقل.

الاتجاه المتصل بالاهتمامات والرغبات

تعتبر الاهتمامات والرغبات هامة بالنسبة لممارسة الرياضة المنتظمة فهى القوة الدافعة الحاسمة لمثل هذ المشاركة المنتظمة فى التمرينات الرياضية. ولذلك فإنه يجب أن تراعى فى كل الأحوال.. وفى كثير من مراحل المبتدئين فى الممارسة الرياضية أن يقوم العضو بتغيير اهتماماته ورغباته ويجب أن يراعى ذلك أيضاً ولا يؤخذ باستنكاره.

قد اكتشف فى كثير من الأبحاث التى أجريت أن كثيراً من المشتركين ومشرفى التمرينات والمجموعة كلها يعملون على تغيير طبيعة العمل الرياضى فى وقت قصير نسبياً، وهذا يعنى بطريقة واضحة أن موضوعية ودرجات الاهتمامات والرغبات للممارسين تلعب دوراً هاماً فى سبيل تحقيقها والوصول إليها.

وقد ظهر فى المقطع (١/١/٤) أن الرغبات والاهتمامات ومدى ربطها لمتطلبات المجتمع تملكه التربوى الرياضى أن يقوم بالتأثير من خلال عمله فى اتحادها وتوجيه هذه الرغبات بحيث يعمل على تطورها والتقدم بها. وهذا يناسب على كل الأحوال وما سبق كتابته من أن الرغبات والاهتمامات الفردية ليست نزعات متطرفة أو غير متوازنة ولا تتضاد مع متطلبات المجتمع بصفة غالبية، ولكنه فى الواقع تنشأ علاقات متبادلة للنشاط الحركى المتميز بمدى الإمكانيات الفردية. وبالتالي فإنه من الواجب مراعاة موضوعية الاستعدادات والنزعات الفردية وحمايتها والعمل على تحقيقها وفى نفس الوقت أيضاً توجيهها.

ويعمل كل مشرف تمرينات أو تربوى رياضى ذى خبرة أن كل عضو من أعضاء المجموعة يرغب فى لعبة رياضية تختلف عما يرغبه زميله إذا أعطيت

الفرصة للأعضاء لاختيار لعبة للجزء التمهيدي في ساعة التمرينات . ونفس الشيء بالنسبة للرغبات للمسابقات أو الأجهزة أو أسلوب الأداء كما أن هذه الرغبات وخاصة في مجموعات الأطفال والصبية نادراً ما تتوحد أو تصل إلى نقطة بداية واحدة، وعلى كل الأحوال فإن للتربوى الرياضى الفرصة والحق في تنظيم الساعة بنفسه . ومن وجهة أخرى فإنه يجب على التربوى القيام بعمليات التوجيه المستمر من خلال ما يقدمه من نشاط رياضى والذي يترك له تحديده في كل المؤسسات الترويحية التى يشرف عليها . وينجح التربوى الرياضى في توجيه عمله بدرجة كبيرة من خلال الرغبات المختلفة للمشاركين . وعلى كل حال فإن ذلك التوجيه مرتبط من خلال هدف التعليم البنائى ، بأسلوب الرغبات نفسه والوضع التنظيمى للطرق والأساليب والإمكانات المادية الموجودة في المؤسسات نفسها .

ويجب على التربوى الرياضى أن يقوم بتوجيه الرغبات والاهتمامات بحيث يعمل على تشكيلها للوصول بها إلى أن تكون قوة دافعة إيجابية (احتياج) تقود المشترك بعد ذلك إلى الممارسة الرياضية المنتظمة في الأشكال المختلفة لساعات التمرينات .

الاتجاه الاجتماعي

ظهر من الاستفتاءات التى أجريت أن ١٠٪ من الذين سئلوا عن الدافع إلى ممارسة العمل الرياضى . . أجابوا بأنه يتمثل في الرغبة في التحدث والتغيير (في الحياة مع أناس آخرين غير المعتاد عليهم في الحياة) والاشتراك في العمل الاجتماعى ، وبالتالي فإن تقييم هذا الاتجاه ذا أهمية على أساس أنه يمثل الاتجاه الثالث بعد الاتجاهين السابق ذكرهما . كما أن أهمية التأهيل التربوى لمشرف التمرينات تلعب دوراً كبيراً في زيادة عدد أفراد المجموعة أو نقصهم . كما يظهر أيضاً أثر الوضوح الذاتى لدى أهمية الممارسة المنتظمة للتمرينات البدنية وأن ذلك يرتبط أيضاً بالنواحي الحسية لدى الاستعدادات والنزعات لدى المشتركين ، وهذا يعنى أيضاً أن كثيراً من المشتركين لا يظهرون

بصورة واضحة مدى دوافعهم لممارسة التربية البدنية كنشاط دائم ومستمر وإن كان فى هذه الحالة يلعب الاتجاه الاجتماعى دوراً كبيراً كدافع له تأثيره المستمر على المشتركين وانتظام الممارسة وبالتالي الإيمان بها. وهذا يتناسب مع العمل الجماعى أو الممارسة فى شكل مجموعات بأن يعطى العمل صورة أفضل من الناحية الاجتماعية، وتعتبر أهمية الزمالة الاجتماعية فى هذه المجموعات الرياضية ذات وزن فى انتظام الممارسة واستمرارها. وكثير من الممارسين للنشاط الرياضى يرغبون فى الوصول إلى الاعتراف بهم كدعامات مؤثرة فى المجموعة ويعطون لذلك كثيراً من الجهد فى الأداء والانتظام فى الممارسة، كما يعملون كثيراً على التأثير فى المجموعة وفى نشاطها وعلى الوصول إلى إسعاد أنفسهم بالعمل المتميز بالحياة السعيدة داخل المجموعة وربط ذلك بالحياة الاجتماعية للمشاركين.

ويجب أن يعمل كل مشرف تمرينات أو أى تربوى رياضى على استمرار العمل لزيادة الصلة بين أفراد المجموعة سواء أكان ذلك داخل برنامج المجموعة أو بعد تحقيقهم للبرنامج الموضوع. كما أن المجموعات التى يتميز طبيعتها بممارستها بعدم وجود مسابقات يجب أن يبحث عن الطرق المختلفة لتوثيق العلاقة بين أعضائها. وهنا يظهر دور التربوى الرياضى كواضع للخطة أو العمل المشترك بين أعضاء المجموعة. . وبالتالي فإن الإثارات التى تتميز بالسرور أو السعادة يجب أن تخرج من ذاتيته أو بناء على تصرفاته.

أشكال تنظيم المسابقات واستخدام الأشكال التنظيمية:

إن الاشتراك فى المسابقات واللقاءات فى كل المراحل المختلفة للأنشطة الرياضية المتباعدة ترتبط من ناحية المحتوى (بفكرة اللعب - بالمسابقات الفردية ومسابقات الفرق والاحتكاك بالزميل أو بالمنافس) ولا يمكن فصل هذه الأشكال وإنما تعتبر كعنصر أساسى لكل برنامج تمرينات، وغالباً أيضاً ما تكون الاحتفالات الكبرى أو عروض الاحتفالات بإمكانات التمرينات لكل فرد من المشتركين.

وتبعاً للظروف المختلفة، والتي تنشأ أيضاً من اختلاف الأسباب، يمكن استخدام أشكال متناسبة من المسابقات بتعديلات سهلة لقواعد أوقات الفراغ والترويح فقط بل أنه يمكن ذلك أيضاً فى رياضة المدارس أو الرياضة التنافسية. والتغيرات التى يمكن تحقيقها فى القواعد تكون تبعاً للآتى:

- أن يكون العد غير كاف لمتطلبات قواعد اللعب نفسها (اللعب فى الملاعب الصغيرة بأعداد متفاوتة من المشتركين).

- عدم وجود الملعب الكافى لأداء التمرينات - أو عدم كفاية الأدوات، توفير الوقت اللازم لبناء ملعب.. إلخ.

- الزوايا المختلفة لحالة البناء المهارى واللياقة العامة أو تكون المتطلبات المهارية والحمل ارتفع أو انخفض.

- أهداف بنائية خاصة سواء إقامة ذلك من ناحية العمل المهارى أو الخططى للعبة رياضية معينة.

- ويجب ألا يفهم ذلك بطريقة الخطأ على أساس استخدام ذلك بدون أساس أو التغيير فى قواعد اللعب دون أسباب مثل التى ذكرناها. وفى الألعاب التى تتطلب ممارستها نوعاً معيناً من المهارات الحركية، يجب على التربوى الرياضى هنا أن يوجه لعدم الانتظام فى المسابقات تبعاً لقواعد اللعب دون استكمال هذه المهارات.. ومن الممكن إقامة مسابقات أخرى بديلة عن المسابقات المعروفة مثل التعرض لمسابقات تتطلب إمكانات عالية.. ومن الممكن التغاضى عن بعض الأخطاء فى الألعاب المعروفة مثل كرة اليد مثلاً إذا زاد عدد الخطوات على ثلاث أو أربع أو خمس وبالنسبة لكرة السلة أيضاً، أو استبقاء الكرة فى الكف فى الكرة الطائرة بحيث يكون فى الإمكان تحمل الأخطاء بدون تأثير كبير على سريان اللعب إلا أنه يجب فى نفس الوقت إظهار هذه الأخطاء وتبليغ الممارسين بها حتى يتمكنوا من معرفة قواعد اللعب الصحيحة، وحتى يعتبر ذلك أيضاً كحافز للاستمرار فى التدريب للوصول إلى المستوى المثالى فى إتقان المهارة، وتقود عمليات التسهيل فى

قواعد اللعب بدون داع إلى أخطاء فى الأداء المهارى والخططى للحركات المطلوبة كما أنها تتابع بخسارة تربوية.

أسلوب التقويم - الاختبارات؛

إن مبدأ التدريب هو الطريق المنطقى والمعقول للاكتمال البدنى . وهذه الحقيقة تظهر أن رياضة المستوى تعتبر كنموذج للممارسة الرياضية (المنافسة - المستوى العالى). وواجب التربويين الرياضيين هو تحويل مبدأ التدريب من ناحية مضمونة ووضع طرقه لاستخدامه فى رياضة أوقات الفراغ والترويح، وهذا يعنى تحويل التدريب لتشكيل قدرة المستوى المثلى . ويعتبر هذا الاتجاه ذا أهمية ليس فى الإمكان التغضى عنها فى وضع التغييرات المرتقبة لزيادة نشاط العمل فى هذا القطاع من الرياضة (رياضة أوقات الفراغ والترويح) وترى الإجابة على هذه الأسئلة وأيضاً للتأكيد على مضمون عملنا .

- ما هى قدرة المستوى التى يجب أن يكون عليها الفرد، حتى يمكنه أن يشارك فى الأسلوب الابتكارى للثورة العلمية التكنيكية وتطورها؟
- ما هو وضع العلاقات الحاضرة بالنسبة للتفهم للعمل البدنى وما هو الإطار المحدد لذلك؟

- وقد حاول بروفييسور هارته (رئيس الأكاديمية الألمانية للعلوم) فى مقاله الذى وضعه أمام مؤتمر العلوم الرياضية فى خريف ١٩٦٧ أن يأتى إلى هذا الانطباع بقوله :

«إنه يجب أن تختبر ماهية نطاقات تطور الصفات البدنية للوصول إلى التقدم المكتمل لبناء الشخصية، والذى من خلال تحليل السمات الجسمانية الأساسية الحاضرة القوة - السرعة - الجلد، وأيضاً المستويات الرياضية عن طريق الاختبارات المركبة المختلفة يمكن الوصول إلى مداها والعمل على اتساع العمل بهذه الاختبارات . .» .

وهذه النطاقات التى ذكرت للمستويات المختلفة من الممكن العمل على اتساعها من خلال الحقائق الإحصائية الناتجة . وعن طريق مساعدة المراقبة

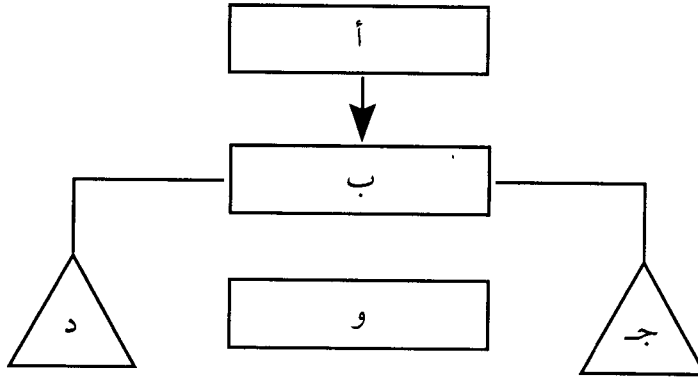
لتطوير النطاقات وأيضاً ممكن عن طريقها التثبيت والاحتفاظ بأحجام الحمل المحدد. ونتيجة من النتائج التى أظهرتها التجربة التطبيقية الشاملة لجمهورية ألمانيا الديمقراطية فى عام ١٩٦٥. أن المعرفة لأهمية العمل البدنى والرياضة للمحافظة على الصحة العامة وزيادة مستوى القدرات لمعظم الأفراد الممارسين هى زيادة إقناع الأفراد وتمسكهم بهذه الممارسة. وانطلاقاً من هذا الموقف استجابت كثير من الدول لأعمال الاختبارات وحقيقة أهميتها فى هذا الميدان للوصول إلى الطرق المثلى لتوجيه الناس إلى الممارسة الرياضية لزيادة مستوى القدرات البدنية.

وقد قاما كل من معهدا الرياضة الجماهيرية والطب الرياضى بالأكاديمية الألمانية العليا للثقافة الرياضية بتحقيق تكوين اختبارات مركبة لإعطاء صورة واضحة (خاصة عضلات الجذع الكبيرة) وحالة اللياقة العامة والقدرة على التكيف للجهاز الدورى والقلب للحمل^(٢). كما أنه يجب فى اختيار الاختبارات الابتعاد عن الأجهزة والأدوات المعقدة، حتى يمكن اتساع الاستخدام لها فى قطاع رياضة أوقات الفراغ والترويح.

الطريقة والأسلوب - الأساسيات النظرية:

حتى يمكننا تفهم المشاكل المتخصصة باختصار، فإنه بناءً على مساعدة القواعد النظرية «لدائرة التربية والارتباطات المتبادلة» يكون الأساس هنا هو تحديد الهدف الموضوع.

والأسلوب التربوى الكلى، أن التربية هى تشكيل الناس بطريقة مباشرة ومعلومة وتشكيل الناس معناه التغييرات والتطورات التى تنتج من خلال حركة الناس فى العمل الاجتماعى اليومى أى أن التربية هى عبارة عن وحدة التشكيل الذاتى والغريب بهدف الوصول إلى الإنتاج الاجتماعى الأمثل، ومن الطرق الحديثة لمعرفة وظيفة التربية فى أسلوب المجتمعات نورد هنا الشكل رقم (١٥) عن كنوخل^(٣).



ضروريات المجتمع = أ
 التربية = ب
 قيمة المقياس = جـ
 قيمة الوضع = د
 التأثير الخارجى = هـ
 موضع العمل الإنسانى = و

شكل رقم (١٥) الطرق الحديثة لمعرفة وظيفة التربية

فمن خلال التأثير لحجم معين يأخذ العمل الإنسانى فى التغيير الشكلى ويخرج نتيجة لذلك التأثير بعض من الأشكال المختلفة (موضوعية العمل الإنسانى التأثير الخارجى - نتيجة العمل الإنسانى) كدائرة تأثير مفتوحة ترتبط بالتربية حتى أنه يكون من خلال قيمة إنتاج العمل الإنسانى كمنظم، يتناسب تأثير المؤثر الخارجى حتى يمكن الوصول إلى قيمة النتيجة المطلوبة. ومن خلال التأثير العكسى على التربية فإن دائرة التأثير تغلق، ويشار إلى ذلك بتقهقر الارتباط بين التربية وموضوعية العمل الإنسانى نفسه تبعاً لنوعية التنظيم يمكن قياسها بمعرفة مدى حجم المنظم لنتيجة العمل الإنسانى وحجم القيادة (ضروريات المجتمع) المتناسبة وهذا يعنى نتيجة الهدف. ولمعرفة حجم

المنظم (فى المثال هنا نتيجة العمل الإنسانى = النتيجة) والاحتفاظ به، فإن ذلك يتطلب اكتشاف وسائل جديدة لتقدير القياس. ولتحديد قيمة القياس تستخدم وسائل متعددة وذلك يمكن بمساعدة تقييم النشاط لهذه الأساليب وهذا الأسلوب من الاختبارات يستخدم تقريباً فى كل القطاعات وبأشكال كثيرة متعددة.

النظريات العامة للاختبارات:

الاختبار مثله مثل البروفة أو العينة، تحديد القيمة، امتحان مدى النوعية والكيفية، بروفة للمرضى، أو عملية الاستعداد للمرضى، اختبار للأدوات ونهاية محاولات اختبار نفسية لتحديد قدرة إنسان من الوجهة النفسية والتربوية والهدف من استخدام الاختبارات تتمثل فى الآتى:

هو محاولة تفهم الظواهر والأساليب من خلال طرق البحث العلمى مثل القياس، والمراقبة، الاختبارات، التعداد، الإشارة، الشرح، التوجيه، التعميم، ثم يحاول أيضاً عن طريق استخدامه اختبار التأثيرات وهذه الظواهر والأساليب المختلفة.

وبالتالى فإن الاختبارات تعتبر بالنسبة للتربوى الرياضى وأيضاً لكل مشترك فى التمرينات البدنية - طريقة ذات قيمة قصوى لمعرفة حجم المعلومات عن حالة الجسم، كما أنها تظهر مدى العمل الوظيفى وتحسينه من خلال أثر العمل البدنى النشاط.

- ويمكن عن طريق الاختبارات حل المشاكل الآتية:
- اكتشاف عناصر محددة لقدرات المستوى البدنية العامة.
- تحديد حالة التدريب الخاصة.
- اكتشاف مدى تطور المستوى.
- وضع التمرينات النموذجية.
- اختبار النابغين.

- اختبار مدى المعلومات النظرية خلال التطبيق العملى .

- وضع وتثبيت نطاقات للمستويات .

والقيمة العلمية لأسلوب الاختبارات تتمثل بطريقة حاسمة فى ثلاث معاملات هى معاملات الصدق، الثبات، الموضوعية . ولا يمكن الاعتماد على أى اختبار إلا إذا برهن عليه حسابياً وإحصائياً وكانت قياسات هذه المعاملات الثلاثة عالية .

ولتحديد هذه المعاملات الثلاث لأسلوب اختبار معين لا يعالج ذلك من خلال علاقة بين قياس حجمين اثنين فقط بل من خلال عمليات إحصائية وهذا يعنى قانون حجم العدد والعلاقات المرتبطة . وتحديد صلاحية الاختبار يتطلب عدداً من المشتركين يتحدد بحد أدنى من ٢٠ إلى ٣٠ مشتركاً .

نحو صلاحيات الاختبار:

حتى يمكن البرهنة على معامل الصدق للاختبار، فإنه يجب إنجاز نفس الاختبار مرتين Test, Merhkde وبناء على حجم معمل الارتباط الناتج من أداء كل اختبار يمكن تقدير مدى صدق المعامل . ولما كان فى التطبيق الميدانى لا يمكن باستمرار تكرار الاختبار، فمن الممكن البرهنة على صحة المعامل بمساعدة طريقة التجزئية النصفية (Spekthaf - Methode) . ويعتبر العشرة الأوائل من ٢٠ شخصاً مختبراً، الاختبار الأول، والعشرة الباقون الاختبار الثانى .

ويمكن اكتشاف معامل الثبات لاختبار عن طريق صدق اختبار معين بمدى الارتباط مع ثبات الاختبار، وإذا كان ذلك ليس فى الإمكان، وهذا يعنى أنه لا يمكن الاعتراف بالوثوق به ، فإنه يمكن اختبار المجموعة وتقييم النتائج التى توصل إليها مع تحديد قيمة الاختبار نفسه .

ويمكن البرهنة على الموضوعية لأى اختبار بإجراء الاختبار تحت نفس الظروف ومع نفس المجموعة ولكن تحت إشراف ممتحنين آخرين . وإذا

تطابقت معدلات النسبة للنتائج فى الاختبارين فإن موضوعية الاختبار تكون قد تحققت .

المبادئ الأساسية للطرق:

ونريد هنا فى النهاية أن نأتى إلى بعض من الأسئلة الأساسية الهامة التى يجب مراعاتها فى حالة استخدام الاختبارات فى التطبيق الميدانى . وعن شنبلى^(٩) فإنه يجب استخدام أسلوب الاختبارات توضيح السؤالين الآتيين:

- على ماذا يطبق نتائج الاختبار أو دورة الاختبارات؟
- ما هى الوظائف، الاتجاهات أو الملاحظات التى ستعكسها؟
- كما أن كل اختبار يقود إلى الموضوعية وإلى نتائج مشروطة، بظروف ثابتة تعمل على إظهار نتائج محسوسة وظاهرة، بالإضافة إلى ذلك فإن على مشرف الاختبار أن يلم بوضوح بالمشاكل الآتية:
- ماذا أريد اكتشافه من الاختبار؟
- بأى طريقة يمكن ذلك؟
- هل يمكن إنجاز هذا الاختبار تحت هذه الظروف؟
- ما هى الأدوات والحجرات، والوسائل المساعدة التى أحتاجها؟
- إذا تطلب ذلك مساعدين .. فهل يجب تواجد وحدة واحدة فى الإدارة، والكتروال؟
- ما هى النتائج المتوقعة من الاختبار والمطلوب تسجيلها؟
- ما هو الذى يجب أن يشرح قبل إجاز الاختبار؟
- تثبيت تسلسل إنجاز الاختبار؟
- إيضاح مغزى وغرض الاختبار لكل الأشخاص المختبرين قبل الاختبار؟
- إيضاح مغزى وغرض الاختبار لكل الأشخاص المختبرين قبل الاختبار؟

واجبات:

١- ما هي العناصر أو المعاملات الحاسمة للقيمة العلمية لأسلوب

الاختبارات؟

٢- كم من الأشخاص المختبرين مطلوبين كحد أدنى لصلاحية الاختبار؟

٣- ما هي الأسئلة الأساسية للطرق التي يجب أن توضح قبل استخدام

الاختبار؟

المراجع:

- 1- Stemmler, R. Kennziffern der Physischen Entwicklung der Jungen generation in der DDR ihre Bedeutung für die Festlegung von Leistungsnormen. In: Wiss, Ztschr. der DHFK Leipzig 1966, 3/4, S. 89.
- 2- Richt, H. Beuker. F.: Komplextest zur Ermittlung des Physischen Leistungsvermögens. In: th. u. der KK, 17 (1968) i, S. 54-63.
- 3- Knochel, W.: Grundlagenprobleme der Pädagogik in Kybernetischer Sicht. Berlin: Volk u. Wissen 1966, S. 67-10.
- 4- Fremdwörterbuch. Enzyklopädie, Leipzig 1959.
- 5- Bube / Feck/Stübler/ Trogisch: Tests in der Sportpraxis in th. u. der KK/ 15 (1966) S/ S. 488.
- 6- a. a. o. S. 396.
- 7- Trogisch/F.: Über die Verwendung von Tests in - Sportunterricht in: Körpererziehung. 15 (1965) S.S. 295.
- 8- Stemmler. Becher. Reichstein. Steglich: Statistische Methoden in Sport. Berlin: Sportverlag 1965.
- 9- Schnabel, G. Motorsische Tests - Prüfungsmethoden in der Forschung und Sportpraxis. in: in. th. u. pr. d. KK/ 12 (1963) 12, S. 1083.
- 10- Bube u. a.: a. a. o., S. 399- 401.

نحو مادة التمرينات

يرتكز الواجب الرئيسى لمجموعات التمرينات المنظمة على الوصول إلى البناء البدنى الأساسى المتكامل، والتى ترمز على وجه الخصوص للتقدم بمستوى الصفات الحركية. ويكون التأثير بطريقة واضحة وبسرعة متزايدة إذا كان ذلك من خلال مجموعات لاكتمال السمات الحركية عن طريقة وحدة واحدة من أسلوب البناء البدنى الأساسى^(١)، وهذا لا يعنى أن يكون البناء والتوصيل فى اتجاه واحد ولكن يجب أن يراعى أن يكون بناء الصفات الحركية مع علاقات متبادلة لبناء القدرات الحركية فى نفس الوقت. وإن كان بناء القدرات الحركية من خلال عدة أسباب لا يمكن الوصول إلى كثير منها. ومع الخطر المتواجد نتيجة لبناء القدرات غير الثابت، إلا أن هناك حدوداً لقدرات التقبل للمشاركين. وقد أيد تيس^(٢) بقوله:

«إنه يجب أن يحاول المرء حتى يكثر عدد القدرات الحركية المكتسبة بأن يزيد المتطلبات اللازمة لاستبقاء درجة كفاءتها».

ومن خلال عدد كبير من ساعات التمرينات (٢٢٧) فى رياضة أوقات الفراغ والترويح استطاع هينج^(٣) أن يصل إلى هذه القياسات من السمات والقدرات الحركية:

وقد استطاعت هذه التجربة أن تبرهن على أنه فى المجموعات المختلفة وأيضاً المجموعات المتوسطة والمتقدمة تميز التعليم التكنيكى والقدرات الحركية فيها بمستوى متزايد.

أما المجموعات التى اشتملت على اكتساب الصفات البدنية الأساسية فإنها جمعت من غير الرياضيين أو من الأشخاص غير المدربين بصفة عامة معاً. وإن كان قد تحقق فيها بطريقة أكثر الواجب الموضوع لرياضة أوقات الفراغ والترويح، إلا أن الحياة تستلزم فى استخداماتها اليومية وبطريقة مباشرة الصفات الحركية، بل أنها إحدى دعوماتها الأساسية.

محتوى البناء	تكرارات الظهور	%
- السمات والقدرات	٨٨	٢٤
- الصفات الحركية	٤٢	١٢
- بصفة متحدة		
- قدرات حركية	١٠٩	٣٠
- قدرات وتكتيك متحدين	٤١	١١
- نواح مختلفة	٨	٢
- بدون نتائج	٤٥	١٣
	٣٠	٨
المجموع	٣٦٣	١٠٠

إن اختبار وتوصيل ووضع مادة التمرينات لرياضة أوقاع الفراغ والترويح تتعلق إلى حد كبير بظروف الحياة المختلفة من جهة العمل (المهني)، الحالة الصحية، للتناسب مع السن وقدرة المستوى نفسه.

ويجب مراعاة المحتوى الافضالى (الإثارى) لمدة التمرينات كعنصر هام فى الاختبار.

ولا يعتبر أى تجميع لمادة التمرينات سواء أكان ذلك من المراجع أو الكتب كروشته للتربوى الرياضى لعمله فى هذا القطاع ولكنها تعطيه فقط قاعدة وتلميحا لإثارته على العمل الابتكارى والاهتمام بمجموعات التمرينات التى يقدمها فى رياضة أوقاع الفراغ والترويح.

كما يمكن الاستعانة أيضاً بكثير من المراجع العربية فى هذا المكان المترجم والمؤلف منها والموجود فى المكتبات العربية والخاص بوضع التمرينات بأدوات وبدون... إلخ.

واجبات:

- تكلم عن مادة التمرينات من حيث مضمونها وغرضها الأساسي للكبار.

المراجع:

- 1- Autorenkollektiv Weiterentwicklung des ziels, der Aufgabendes inhaitis und der gestatungsweisen der Korperlichen Erziehung und Bildung der jungen grenetation In: Wiss ztschr. der DHFJ/Leizig g (1967) 819-69.
- 2- Thieb/G.: Beziehung Zwischen dem Inhalt in, Trainingsprozess junger spotler und dem sportunterricht der schule. In: Theorie und Praxis der Korperkaltun. 15 (1966) 4. S. 316.
- 3- Henning. K.: Zut. Qualiati der Organisation uan Gestaltung des ubungsbetribs in Hinblick auf die Formung deuerhafter bindungen an regelmubiges, Sportliches Uben, Diss. an der DHFK Leipzig U. 967.

أسلوب المتابعة والنقد:

إن متابعة ونقد المستوى المستمر يعتبران من الناحية التربوية ذوى قيمة عالية فهما تعتبران كمسطرة قياسية للاستعداد للتعليم ولقدرات المستوى. وفى مجموعات التمرينات المنظمة تظهر غالباً تلك المتابعة للمستوى، كما أنها تستخدم أيضاً فى دروس التربية الرياضية فى المدارس وبصفة خاصة فى التدريب العام للمستوى التنافسى.

ويجب أن تخطط أساليب المتابعة لمدد طويلة ويعنى هذا أن نقوم بتحضيرها جيداً من الناحية التنظيمية والتربوية وهى تعطى صورة للحاضر والمستقبل للحالة الوظيفية وحالة التقبل للتمرينات.

ونفهم تحت حالة التقبل للتمرينات كل المستويات الممكن الوصول إليها بالنسبة للسما، والقدرات الحركية وسمات الإرادة للمشاركين والممارسين. ويظهر ذلك بصفة مباشرة فى المعرفة الرياضية سواء كان ذلك داخل ساعات التمرينات، أو اختبارات المستوى، وفى المسابقات.

كما تعتبر الحالة الوظيفية قدرة المستوى للأجهزة الحيوية خلال الحمل البدنى ولا يسجل المستوى ويتفهم فقط بل أنه يجب أن يتبع بتقييم تربوى، لأنه بناء عليه سوف تبنى أساسات أخرى من التعليمات للتقدم بالشخصية الممارسة.

وسنحاول فى الآتى إيضاح بعض الاصطلاحات الضرورية:

تفهم المستوى:

«إذا قمنا بتسجيل وتفهم القيمة، التى فيها تنعكس قدرة المستوى البدنية بالإضافة للمستوى الرياضى بهدف وضع الخطوط لمدى التطور والنبوغ وتحديد المستوى النسبى وإعطاء إثارات لزيادة المستوى أو إتمام أسلوب تعليم وتعلم كما أنه أيضاً للخروج بالمتطلبات المناسبة مع التخطيط ووضع الدروس الرياضية، فإنه يمكن عن طريق اكتشاف واستخدام طرق جديدة للمتابعة والتقييم.

متابعة المستوى:

وهى عبارة عن التعليمات تتصل بالطرق التربوية التى نتابع فيها درجة الوصول للسمات الحركية، والحالة البنائية للقدرات الحركية، واكتساب المعلومات، والقدرات الحركية، بهدف تغيير قدرة المستوى وتحسين المستوى نفسه. والوصول لمتابعة المستوى يكون بطريقة قياسية ملموسة وذات تقييم موضوعى.

تقييم المستوى:

بعد أن يرتب المستوى إلى عناصر وأقسام بإطارات محددة نقوم بتقييم المستوى الأساسى، والمستوى الرياضى والمعلومات. ويظهر انتقاص الجزء الأكبر للقيمة خلال الدرجات كحالة من تقييم المجتمع.

نقد العلاقات الأخلاقية وخصائصها:

وهى عبارة عن تمييز لبعض الخصائص التى تلاحظ على الممارسين وهدف هذه الملاحظات معرفة أسلوب العلاقات للرياضى داخل الساعات الرياضية، لأنها تعتبر كأسباب الحالة المستقبلية للمستوى ومدى الاستعداد، ومدى الإرادة، وإمكانات اللياقة.. وهذا التمييز يعتبر كحكم ضرورى لتحديد أسلوب العلاقات.

أشكال الإنجاز لمتابعة رياضة أوقات الفراغ والترويح:

إنه لمن الضرورى فى رياضة أوقات الفراغ والترويح أن تختبر باستمرار حالة التمرينات والحالة الوظيفية للمشارك. وهذه الإجراءات تظهر فى أشكال متعددة وكثيرة.

فمن الممكن من خلال التحليل لحالة التمرينات والحالة الوظيفية لكل فرد، وعمل متابعة لمدة واحدة أو عدة مرات لكل المشتركين من معرفة تأثير التمرينات والمستوى الذى توصل إليه البناء الرياضى، كما أنه من جهة أخرى يمكن فى كل ساعة تمرينات أن تراقب الملاحظات الخارجية للحمل لتأمين

متطلبات درجات الانقباضات المثلى والصحية والراحة اللازمة لذلك. والواجب الأول يمكن للمرء من خلال اختبارات منتظمة للمستوى أن يصل إلى إتمامه. كما أن الاختبار الصحيح والقيم لاختبارات التمرينات (الاختبارات تحت النقطة ٠.٥٠١٠٤) يمكن من معرفة مدى تأثير التمرينات وقوة أو ضعف قدرات المستوى للممارسين.

ويجب أن يحاول باستمرار إنجاز اختبارات التمرينات بطريقة منتظمة وتحت نفس الظروف الخارجية. ويجب أن يكون الاختبار للتمرينات مشتملاً على كل الاختبارات لقدرات المستوى البدنى ومدى التقدم للصفات الحركية المختلفة ومع اختبار لقدرات المستوى من خلال اختبار الحدود المستوى مثل شعار «لتنعم بالصحة». أو فى سباقات مختلفة أو فى شكل تمرينات أساسية للجسم فإنه لا يجب أن نقيم نتائج القياس بطريقة آلية على النواحي الوظيفية وعلى مستوى السمات الحركية المناسبة.

ويجب أن نفرق بين اختبارات المستوى الرياضى واختبارات النواحي الفسيولوجية وتستخدم التجارب الطبية الرياضية كمتابعة ذاتية رياضية وتربوية، كما أن الاختبارات الوظيفية ذات أهمية عالية لتحديد مجموعات التمرينات، وهى تعطينا الإمكانات من وسائل سهلة للملاحظات الفسيولوجية للمستوى، كما تعطينا أيضاً القرار الخاص بمدى الإزعاج للممارسة الوظيفية، وتتجنب أى إتلاف للصحة بصفة عامة، وفى المستقبل يجب أن يسجل فى كل عام بالتعاون مع الأطباء المستوى الفسيولوجى لكل ممارس. كما أنه يجب أن يترك للطبيب الرياضى النواحي الفردية للتنظيم الجزئى لهذه الاختبارات. وهذا أيضاً بالنسبة لعملية التقييم والتقدير.

الواجبات:

- ١- ما هو الهدف من إنجاز اختبارات المستوى المختلفة.
- ٢- فكر فى أسلوب اختبارات معين ممكن استخدامه فى مجموعات التمرينات لكبار السن؟

٣- أذكر الملاحظات الخارجية للحمل التي يمكن ظهورها؟

1- Rahn, S.: Zur leistungserfassung, leistungskontrolle, leistungs bewertung und zur Beurteilung charakterlich, Moralischen Verhaltens in Sportunterricht. Internes, Material (zur Anleitung fur mentoren und studenten) des ins. F. Th. u. me des schulsports an der DHFK Leilzig.

المشاكل الأساسية فى تنظيم مجموعات التمرينات:

يتحدث الأسلوب التعليمى عن وجهتين للدرس هما التعليم والتعلم . وفى الأسلوب التعليمى يبنى هذا الاتجاه وحدة مترابطة وإن كان كل اتجاه يتميز بخصائصه . وتتقابل مع أسلوبى التعليم والتعلم فى الدروس النظرية والعملية وخاصة أثناء التمرينات .

وإذا تحدثنا عن التعليم ، فإننا نعنى القيادة من خلال مشرف التمرينات الذى يوجه ويرشد المشتركين من خلال الأسلوب التعليمى الهادف والمخطط . والواجب الرئيسى لساعات التمرينات يتمثل فى توصيل المعرفة والمعلومات وأيضاً تحقيق الواجبات التربوية من خلال مادة التمرينات المطروحة واكتساب المعلومات من خلال المشتركين أنفسهم . . والواجب القيادى هنا الذى يلعبه مشرف التمرينات يركز على اختيار طرق التعليم (المتناسبة مع درجة السن والمستوى) والتنظيم الصحيح لساعة التمرينات . والعمل القيادى يطلق بصفة عامة على صحة وضع الواجبات فى وقتها الصحيح وتركيز على القوى فى اتجاه الواجبات الرئيسية .

والنقطة الرئيسية للمتعلمين تنشأ من معرفة وتفهم القدرات والمهارات المكتسبة والقوانين الطبيعية للحركة . والمشكلة الرئيسية هنا هى ماهية الوسائل والطرق التى يتفهما ويتبعها مشرف التمرينات للوصول إلى أكبر مدى لتأثير التمرينات .

والقيادة تشتمل باستمرار على أسلوبين ، وتعتمد أساساً على مبادأة الابتكار للمشاركين .

- أساسيات القيادة: وهى تتوجه لنطاقات المجتمع المسموح بها مع الارتكازات المركزية .

- اتجاهات القيادة: وهى التشكيل المتحد بأساسيات القيادة نفسها (الترتيب - الخطوط العريضة) .

- حجم القيادة: وهو عبارة عن ما تتمثله الخطط، بطريقة واضحة (بيانات مقاسة).

- طبيعة القيادة: هو أسلوب وطريقة وكيفية العمل الجماعي لتحضير وتحقيق الواجبات واستخدام طرق القيادة الحديثة والأجهزة.

- أسلوب القيادة الرئيسى: تعتبر اللغة هى الأسلوب الرئيسى للتعليم والتعلم وهى تؤثر مثلاً للشرح فى طريقة التقويم، كحافز، للدفع فى إنجاز الحركة وعلى أساس اعتبارنا للغة كأسلوب رئيسى للقيادة فإننا نضع المصطلحات الأساسية الآتية:

يجب أن تكون اللغة (الكلام):

- دقيقة - قصيرة وصحيحة فى المصطلحات.

- يراعى فى استخدامها السن والمستوى.

- تحديد النماذج.

وتخدم فى ساعات التمرينات مشرفى التمرينات بعض من الوسائل الأخرى التى تساعد اللغة (الكلام) فى التأثير:

- الوسائل السمعية: الطبقة - الضربات - التصنيف - التفسير.

- الوسائل البصرية: الرسومات بالأيدى - العلامات - الصور المرئية.

المراجع:

- 1- Klingberg, I.: Padsgogische Furhrung und selbstatigkeitin sozialischen schule. Berlin, Deutscher verlag der Wissen schaften 1962, S.So.
- 2- Kleine pa'degogische Enzyklopadie. Berlin: Deutscher verlag der wissenschaften 1962. S. So. 3- Roblitz, G.: leitfaden der padagogik. leipzig: DHFK 1966. S. 88 FF.

أشكال التنظيم فى رياضة أوقات الفراغ والترويح:

ترتكز ساعة التمرينات فى تنظيم مجموعات التمرينات بها على المتوسط العادى واتجاهات الزمن والمكان للساعة الرياضية سواء أكان ذلك فى المدرسة أو فى ساعات التدريب.

وفى كل مكان نجد التنظيم المركب لسريان وإنجاز التمرينات (مقترن بأسلوب التمرينات الحديث) وترتيب وتنظيم الممارسين بنفس الكيفية أو مع بعض التغيرات الطفيفة. الجدول الآتى يبين تنظيم وترتيب ساعة تمرينات رياضية تبعاً لهذه العناصر الثلاثة (العدد - الزمان - المكان).

نموذج لساعة رياضية

	- مكاني - أشكال الترتيب والوضع	- زمني - أشكال المجموعات	- عددي - أشكال التقسيم
مجموعات تبعا للمتغيرين	- التنظيم في أماكن حسب التخطيط المكتوب للحركة المطلوبة	- سريان التمرينات	- تقسيم مجموعة التمرينات
متحد مع : على أساس الصفوف والأشكال المختلفة	- ترتيب الدخول - وضع أساسي - تغيير لحظي	- العمل بالواجهة - العمل بالقطاعات كعمل متواز - العمل بالقطاعات - كعمل قطاعات تبادلية	- فردي - زوجي - مجموعات
على أساس الصفوف والأشكال المختلفة	- عددي - الاستخدام في نطاق الحركة	- عمل مجموعات - عمل اضافي للمجموعات	- قطاعات - قطاعات مستوى مختلفة - قطاعات مستوى مختلفة
مجاميع - جماعات	- الاستخدام في الحركة - تغيير الأشكال	- العمل بالمحطات - العمل الدائري	- فرق - اتحاد تمرينات

وهذه الأشكال المسماة تعتبر هامة لوضع وتنفيذ وإيجاد ساعة تمرينات مرحة وذات قيمة

أشكال التقسيم:

تتميز أشكال التقسيم، بأسلوب الأداء الفردى، والعمل فى مجموعات، وأسلوب الأداء فى مواجهات. وفى قطاع رياضة أوقات الفراغ نهتم بالأداء فى شكل مجموعات أو جماعات والعمل مع مواجهات. كما أن المستوى الذاتى يبقى على كل الأحوال فى شكله الأساسى. . وفى أداء المجموعات تظهر أشكال مختلفة (فمثلاً العمل مع الزملاء - تمرينات مع الزميل فى مجموعات التمرينات للممارسين) أو التمرينات فى مجموعات، والتى يمارس فيها المشتركون نشاطاً معاً ثم يتجهوا مرة أخرى (الألعاب الكرة، السباحة) والتمرين فى صفوف يعطى كأسلوب ضرورى، وخاص إذا كانت المجموعة قوية جداً. فالمستويات المختلفة والمراحل السنية، والجنس المختلف يعطى الفرصة لتقييم صفوف أو أجزاء أو أقسام من ذات المستوى العالى أو المتوسط.

كما أن شكل الجزئيات فى فرق رياضية يركز على ارتفاع المستوى نفسه ومراعاة النواحي التربوية المختلفة. أو استخدام هذه الطرق فى شكل ألعاب (كرة طائرة - كرة يد - سلة . . إلخ).

وفى حالة التمرين فى شكل متحد فى أداء التمرينات، فإن الممارسين للتمرين يكلفون بواجبات معينة تحت نفس الظروف والوقت الموحد بينهم.

أشكال الأداء:

تؤدى العناصر المختلفة مثل الرغبات البنائية، وتقسيم المجموعات وسريان التمرينات نفسها للتوصل إلى أشكال الأداء المناسبة.

وتحد المشاكل التنظيمية المتطلبات الخاصة بزيادة الحمل وزيادة الشدة للتمرينات وتنمية الأداء العادى لزيادة القدرات الحركية.

العمل بالمواجهة:

من الممكن استخدام هذا النوع من الأداء فى أثناء أداء التمرينات المتحدة

وخاصة في جزء الإحماء لساعة التمرينات (التمرينات - الجرى - التسلق . . إلخ) وتتركز المميزات في حمل عال - درجة شدة كبيرة - ودرج معرفة عامة بالمجموعة وتتركز العيوب في إمكانات قليلة للعمل الفردي .

العمل بالقطاعات (الأقسام):

يستخدم العمل بالقطاعات على وجه الخصوص في الجزء الرئيسى لساعة التمرينات ومن الممكن أن يكون الأداء بتبادل القطاعات في العمل، أو متوازي العمل، أو العمل بالقطاعات مع وضع واجبات إضافية.

وسنحاول هنا أن نركز على العمل على إمكانية وضع العمل لساعة التمرينات. ووضع فترات الراحة بطريقة إيجابية وتقصير زمنها، ورفع درجة الشدة، ومن الممكن تحديد معالمها في أنها شكل معتاد من العمل مع القدرة في إعطاء واجبات إضافية فيه دون أدنى تغيير في الشكل.

فبعد تمرينات على الأرض (جزء رئيسى) يذهب الممارسون مثلاً إلى عقل الحائط ويقوم كل منهم برفع الرجلين إلى مستوى الجبهة ثم يمارسون تمرينات من وضع الانبطاح على مقعد سويدى ثم يقفون مرة أخرى في أقسامهم. والمهم هنا، أن تكون هذه الواجبات الإضافية سهلة ومن الممكن أداؤها والسيطرة عليها في صورتها الكلية.

وعدد هذه الإضافات - نتيجة للخبرة - يتراوح بين اثنتين وأربعة واجبات. وفي حالة تطبيق طريقة الواجبات الإضافية يجب أن يراعى أن تكون الراحة السلبية قبل التمرينات الرئيسية مباشرة.

العمل بالمحطات:

يتغذى العمل بالمحطات من خلال سريان العمل بالقطاعات مع الواجبات الإضافية والاختلاف يكون في محتوى وغرض التمرينات نفسها. وتكون التمرينات في العمل بالمحطات ذات مستوى واحد ويتمثل الهدف بصفة أساسية في تعليم المهارات الحركية. كما أن زيادة عدة محطات التمرينات

(الأماكن) تجنب الانتظار الطويل للممارسين أمام الأداء فى كل محطة .
ويكون الأسهل فى التنظيم فى أثناء ممارسة الجمباز، وعناصر الألعاب
المختلفة .

النظام الدائرى:

يخدم النظام الدائرى الخط الأول عمل اللياقة وخاصة تطوير وتربية القوة
والجلد ويتمثل الاستخدام الأمثل له فى رياضة الأطفال والصبيان على الرغم
من أن طرقة ترتبط إلى حد كبير بالمرحلة السنية المختلفة للمشاركين . ولعرفة
هذا النوع من العمل، يمكننا أن نقول أن كل الرياضيين يعملون فى نفس
الوقت، سواء أكان ذلك فردياً أو فى مجموعات فى محطات لأداء
التمرينات، ويقوم الأفراد بتغيير المحطات أو بالانتقال من محطة إلى أخرى
إما بترتيب معين أو بطريقة ذاتية، ويجب هنا أن نفرق بين طريقتين وهما
العمل الدائرى بواسطة عدد معين من أداء التمرينات أو الزمن الذى يجب أن
يستمر فيه الأداء .

أشكال الترتيب والأوضاع الأساسية:

تحتوى أشكال العمل بطريقة قوية على أشكال الترتيب والأوضاع
الأساسية فأشكال الترتيب تحتوى على العلاقات المكانية الخاصة للمشاركين
بطريقة متوالية وأيضاً النواحي الخاصة بالكيفية الحركية المرغوب فى أدائها .
وهى تعتبر كوسيلة تربوية للاحتفاظ بالنظام والتنسيق .

أما أشكال الأوضاع الأساسية فهى تعطى عن طريق بعض من تمرينات
النظام المحددة أو كيفية الدخول فى هذا النظام .

وتتعلق أشكال الأوضاع الأساسية بشكل كبير بأماكن التمرينات والمادة
نفسها والرغبات الموجودة فى ساعة التمرينات . وهنا يفرق بين الصفوف،
القاطرات - المجموعات - الدوائر - المربعات والمستطيلات . . إلخ . . وهذه
الأشكال المختلفة تستخدم تبعاً للطريقة الخاصة بكل لعبة رياضية .

الواجبات:

- ١- تكلم بإيجاز عن وسائل العمل الرياضى المختلفة.
- ٢- اشرح طريقة العمل فى ساعة تمرينات نموذجية مبيناً الاتجاهات العددية الزمنية والمكانية وطرق العمل فيهما.

المراجع:

- 1- Autorenkollektiv: Methodik des Sportunterrichts Berlin: Volk. Wissen 1966, S. 202. FF.
- 2- Scholich: Kreistrainibh, In: In. u.: pr. d. KK. Bekheft 1971.
- 3- Ordnungsübungen Herausgegeben vom Staatlichen Komitee für Körperkultur U. Sport/Berlin 1969.
- 4- Ordnungsübungen DV 10/1.

أشكال المباريات والمسابقات:

من الممكن أن تعتبر المنافسات والمسابقات وسيلة ذات قيمة عالية من زاوية الطرق التربوية إذا اشتملت على المتطلبات الآتية:

- إذا تضمنت الاحتفاظ بالمستوى وتنشيط متطلبات الوصول إلى المستوى الأعلى.

- أن تتميز بالسرور والسعادة في ممارستها.

- أن تستخدم أشكال العمل الحديث كلما كان ذلك ممكناً وأهم ملاحظات الاختلاف أن المباراة بصفة أساسية تتميز بظهور الخصم المنافس أما في المسابقات فتظهر زمالة السباق والتنافس.

ويمكن عن طريق المباريات والمسابقات اختبار مدى اكتساب القدرات والسمات ومقارنة المستوى الذاتى بالمستويات الأخرى. وهذا يظهر سواء أكان بصفة فردية أو جماعية (مثال تنافس فرد ضد آخر - منازلات فردية - مسابقات تتابع - مباريات ألعاب) وهى تساعد مشرف التمرينات على إنجازه للعمل التربوى فى المجموعة (قيادة المشتركين للوصول للروح الجماعية، المعرفة الذاتية للمبادئ وللسمات الشخصية الحسنة).

ويجب هنا أن نفرق بين المباريات والمسابقات التى يمكن استخدامها وحدة واحدة من التمرينات. والتى يمكن أن تؤدى طوال العام (من شهر إلى آخر) أو مرة واحدة فى العام.

وحتى يمكننا أن نقيم المباريات والمسابقات فسنحاول فى السطور القادمة تسمية بعض العناصر التى تحتويها.

فالمباراة:

- تؤكد على مدى قوة المستوى - وهى مرتبطة بالمستوى نفسه.
- عنصر المستوى البدنى، ويعتبر كضرورة للتحضير الأساسى النفسانى.
- نتائج المباراة ميزة ذات قيمة وهى ترتبط بمدى الارتباط الانفعالى الذاتى الناتج.

- المباراة مرتبطة بمدى العمل المنتظمة وتؤثر عليه .

وتدل هذه العناصر التى ذكرت بوضوح على أن إنجاز المباريات يحتاج ويتطلب إعداداً مستمراً ومنسقاً للعمل الرياضى . إذا انتقضت المجموعة الأساسية الرئيسية لإنجاز المباريات ، فإنه من الممكن إجراء بعض التغييرات المناسبة (السن - حالة المستوى المهارى) . وأنه كان يجب أن يحتفظ بالفنون والمحتوى الرياضى .

كما تمتاز المسابقات بالعناصر الآتية التى يجب أن تحتويها :

- أنه يمكن لكل فرد القيام بممارستها .

- أنه يمكن إظهار النوابع عن طريقها .

- منح السرور للمجموعات فى ممارستها .

وتتميز إنجاز المسابقات فى أسلوب عمل التمرينات المنظم بأشكال الألعاب الصغيرة والتتابعات . فهى ترفع درجة الإثارة لساعة التمرينات وتدعم الطموح للوصول إلى زيادة درجة المستوى ، وتعطى الفرصة لمشرفى التمرينات للمراقبة الصحيحة للمستوى . وقد عرف دويلي^(٢) الألعاب الصغيرة بأنها «ألعاب سارة ومرحة وتتميز باحتوائها على شخصية المباريات» . ومن الممكن أن تكون بطريقة مباشرة كتحضير لمباريات الألعاب الرياضية . ومع استخدام هذه الألعاب فى ساعة التمرينات يجب أن تراعى الواجبات والرغبات المرادة من هذه الساعة بصفة كلية وجزئية تبعاً لتقسيم الساعة نفسها .

وقد أعطت الاختبارات أنه يمكن استخدام الألعاب الصغيرة فى الجزء التمهيدي (ألعاب الجرى والكرة) . أما الجزء الرئيسى فينحصر جزء استخدام الألعاب الصغيرة (ألعاب الكرة - ألعاب الرشاقة والقوة - ألعاب الجرى) أما الجزء الختامى فإنه يظهر نسبياً درج أكبر لهذا الاستخدام لهذه الألعاب عن الجزء التمهيدي . وبالتالي فإنه يجب أن يراعى استخدام هذه الألعاب واعتبارها كعنصر أساسى ومكون رئيسى لساعة التمرينات .

المراجع:

- 1- Kotterb, P.: Die Steilung und Bedeutung Wettkampfes in vilkampfes in vilkssport. Dissertation an der DHFK leipzig 1967, S. 71 FF.
- 2- Dobler, H.: Kleine spiele Berlin: Volk u. Wissen 1963.

نحو بعض الطرق الهامة لتنظيم المباريات

دور المباريات في قطاع التربية الرياضية:

تلعب المباريات دوراً هاماً في وضع الحياة الرياضية. ولا يحتاج الأطفال والناشئون والبالغون إلى التمرين والتدريب فقط، بل أنهم يحتاجون أيضاً إلى قياس مدى قوتهم، ودرجة مستواهم في المباريات ويضغط التربوي الرياضي الروسي تخياكيف^(١) على المعنى والمغزى العائد من ممارسة المباريات بقوله «إن المباريات هي قلب الرياضة، والرياضة هي الوسيلة التي لا يمكن الاستغناء عنها للتربية البدنية واكتمال وتثبيت الصحة وإطالة الحياة المبدعة».

وفي اجتماع مجلس إدارة الاتحاد الألماني للرياضة، والجمباز في يونيو ١٩٦٤ حلل معنى المباريات كالآتي:

«إن المباراة هي عنصر هام جداً للعمل الرياضي الهادف، وهي تتطلب النشاط، المبادأة والحياة الاجتماعية. ولذلك فإنه يجب أن تعطى الأهمية الخاصة للحياة الرياضية».

ما هي الإمكانيات التي تقدمها المباراة؟

- يمكن لكل المشتركين اختبار حالة قدراتهم ومهاراتهم تحت ظروف المباراة ومقارنة مستواهم بمستوى المشتركين الآخرين.
- تؤثر المباريات على الاستعداد للتدريب بانتظام.
- المباريات هي أعلى درجة العمل الرياضي.
- المباريات تعطى الحافز للطموح للوصول إلى المستوى الأحسن.
- كما أن المباريات تحت القيادة التربوية تنمي الإرادة، والسمات الشخصية، التي تفيد في مجالات الحياة.
- تحمل المباريات كل السمات التربوية (مراعاة الشعور بالمسئولية تجاه الزملاء العلاقات النظيفة الواجبة الاحترام والنقاوة).
- تعتبر المباريات كوسيلة من وسائل الترفيه الثقافي للناس.

أشكال المباريات:

تتخذ المباريات الرياضية فى أشكالها أنواعاً متعددة وكثيرة. ومن خلال هذا المجال فإنه ليس من السهل عمل تقسيم للمجموعات تبعاً لهذه الأشكال. والإمكانية تكمن فقط من خلال تنظيم هذه الأشكال داخل قطاع عمل المباريات المنظمة ومباريات الرياضة الجماهيرية.

- عمل المباريات المنظمة وتشتمل على:

- ١- البطولات المفتوحة فى جميع الألعاب الممكنة على المستويات التنظيمية المختلفة (مدينة - محافظات الجمهورية).
- ٢- بطولات الدورى والكأس والتي تهدف إلى اكتشاف الأحسن سواء أكان فى مدة طويلة أو قصيرة.
- ٣- الدورات والاحتفالات الرياضية للاتحادات الرياضية المختلفة ومناطقها.

٤- المباريات للوصول إلى المستويات الأعلى (التصفيات).

٥- مباريات التأهيل.

٦- مباريات الصداقة.

٧- مباريات تجريبية للمنتخبات (مدن - محافظات).

٨ - المباريات الدولية.

- مباريات الرياضة الجماهيرية وتشتمل على:

- ١- اللقاءات فى الألعاب المختلفة فى مستوى المصانع (الأقسام - الإدارات - الوزارات - المصالح - فى أماكن الترفيه - فى المدن - فى القرى).
- ٢- الاحتفالات الرياضية (المصانع - المدارس - أماكن السكن - المدن - القرى).

٣- الدورات (دورة تنس طاولة مفتوحة - دورة كرة يد).

٤- المباريات البعيدة (بين قطاعات مدن مختلفة).

والمسئولية الرئيسية لهذه المباريات من ناحية التخطيط والتحضير والإجاز تقع على عاتق الاتحادات الرياضية. أما بالنسبة للرياضة الجماهيرية فتقع على المسؤولين عن الرياضة الجماهيرية فى القطاعات المختلفة بوزارة الشباب أو المجلس الأعلى للرياضة والشباب. (الذى تكون حديثاً عام ١٩٧٣) وفى حالة مباريات الرياضة الجماهيرية يجب أن تلاحظ ويراعى التقسيمات تبعاً للآتى (التقسيم حسب المراحل السنوية المختلفة).

- زمن اللعب - مساحة الملاعب - عدد اللاعبين - المسموح بتدريبهم وفى الرياضة الجماهيرية يلاحظ الآتى بالنسبة للمشاركين:

- لا يصح اشتراك الرياضيين ذوى المستوى العالى (المستمرون فى اللعب).

- من الممكن أن يحدد عدد معين من المشاركين ذوى المستوى العالى (كرة طائرة مثلاً).

- وفى حالة تثبيت عدد المشاركين من الرياضيين العاملين فإنه يجب مراعاة درجة المشترك (سواء أكان دولياً - درجة أولى - ثانية - مستوى مدارس .. إلخ).

- كل الشعب ما عدا أعضاء الفرق بالنوادرى يسمح لهم بالاشتراك.

المبادئ الأساسية للتنظيم:

وحتى يمكن ضمان تحضير وإنجاز جيد للمباريات فإنه يجب مراعاة النقاط العامة الآتية لزمن التخطيط وتنظيم المباريات.

زمن الخطه:

- تخطيط المباريات يجب أن يكون لمدة طويلة (مثلاً سنة مباريات - سنة مدرسية - دورة لعب).

- فى حالة تثبيت المواعيد للمباريات. فىجب الاتصال بكل الهيئات التى تعمل فى المجال الرياضى (اتحاد الشركات - اتحاد القوات المسلحة - إدارات الشباب بالجامعات والمعاهد العليا).

- يوضع زمن الخطة بحيث تتزايد باستمرار درجة قوة الاشتراك فى المباريات (مدينة - محافظة - جمهورية . . إلخ).

- يجب أن يبدأ العمل فى تحديد المواعيد قبل بدئها بفترة مناسبة (الاتصال بالهيئات المعنية).

- يجب أن يناسب زمن الخطة طريقة المباريات نفسها، والمكان، والزمن بالنسبة للإنجاز نفسه ومستوى الاشتراك (الجنس - السن - المستوى) وتحديد الإدارة والمسئولية.

تنظيم المباريات:

إن نجاح أى مباراة يتوقف بدرجة عالية على كيفية التنظيم وجودته. وحتى تضمن هذا النجاح يجب أتباع النقاط الأساسية الآتية:

- أنه يجب أن يبدأ مبكراً فى التنظيم. وتحديد الزمن يكون من خلال حجم المباراة نفسها.

- يجب أن تحدد المسئولية والواجبات الملقاة على عاتق المسئول (المشرف العام - والسكرتارية مثلاً للتنظيم، الإعلام والدعاية والناحية المالية).

- يجب أن يناسب عدد ونوعية المنظمين والحكام مع مدى وأهمية المباريات نفسها.

- وضع وعمل التحضير والإنجاز يجب أن تحدد بتعليمات وتخطيط متكامل.

- وحتى يكتمل تنفيذ الواجبات الملقاة فإنه يجب المراقبة المستمرة.

- كما أن الارتباط بمواعيد الخطة تحت مراعاة عدد المشتركين والحكام المتوفرين والملاعب الموجودة، هى الأساسيات لضمان سريان العمل.

- يجب أن يتتبع تقييم نتائج المباريات أولاً بأول ثم إظهارها وعرضه للمشاركين والجمهور.

- بعد نهاية المباريات يجب أن يتبعها تقييم السلبيات والإيجابيات ثم إصدار توصيات لمراجعتها بعد ذلك.

طرق تنظيم المباريات:

يجب على كل التربويين الرياضيين بحكم عملهم المهني - سواء أكان ذلك في وزارة التربية والتعليم، أو وزارة الشباب، أو الاتحادات الرياضية أو خلال عملهم الشرفي في الأجهزة والمؤسسات الرياضية الأخرى - تخطيط المباريات وإنجازها. ومن خلال الخبرات الناجمة من ممارسة أسلوب الألعاب الرياضية بالكرة سنحاول أن نضع بعض طرق التنظيم التي يمكن تنفيذها على الألعاب الرياضية الأخرى مع مراعاة الاستخدام الخاص لكل منها.

طريقة الدوري:

وفي هذه الطريقة تلعب كل الفرق معاً ومع مراعاة تحضير هذه المباريات بهذه الطريقة يجب مراعاة الآتي:

١- عدد الفرق المشتركة.

٢- عدد المباريات التي يجب أن تلعب.

٣- عدد الأيام التي يحتاجها اللعب.

٤- كيفية وضع المباريات حتى تكون الألعاب على أرض الفريق والفريق المنافس متساوية.

وسنحاول هنا أن نقوم بشرح التطبيق لمثل من الأمثلة. فإذا أشرنا إلى عدد الفرق بالحرف (ن) وعدد المباريات اللازمة لإتمام الدورة بالحرف ع فإنه نطبق المعادلة الآتية:

$$ع = \frac{ن(ن - ١)}{٢}$$

فإذا كان عدد الفرق $(n) = 11$ فإن عدد المباريات يكون كالآتي:

$$55 \text{ مباراة} = \frac{10 \times 11}{2} = \frac{n(n-1)}{2} = ع$$

وبناء عليه فإن عدد المباريات اللازمة هي ٥٥ مباراة، وهذا الشكل له ميزة خاصة، إذا كانت المباريات كلها ستتنجز خلال يوم أو يومين (في دورات الناشئين - الدورات المفتوحة) وبواسطة مساعدة هذا الشكل من التنظيم يمكن أن يحسم. أما إذا كان في الإمكان أن فريقاً يلعب مع فريق ويستمر التنظيم هكذا أو يختار تنظيم آخر لأداء هذا المباريات.

كما أن من المنطقي أن يكون عدد أيام اللعب متناسب مع عدد الفرق المشتركة.

فإذا كان عدد الفرق فردياً فإنه يلزم عدد من الأيام يساوى عدد الفرق المشتركة، أما إذا كان عدد الفرق زوجياً فإن عدد الأيام ينقص يوماً عن عدد الفرق المشتركة .

ولإنجاز المثل الذى ذكرناه فإننا نحتاج إلى ١١ يوماً للعب والخطوة الثانية هى إظهار ما سيتم فى كل يوم. وعن طريق مساعدة الجدول الآتى يمكن أن ينجز العمل بسهولة وسرعة. بأن نسحب ١١ أحد عشر خطأ تمثل عدد الأيام:

الأول الثاني الثالث الرابع الخامس السادس السابع الثامن التاسع العاشر الحادى عشر

[illegible]

وسنشير إلى كل فريق بعدد مبتدئين من ١ إلى ١١

وسنكتب العدد ١ فوق الخط الأول وخمسة الأعداد التالية = (٢، ٣، ٤، ٥، ٦)، وبين الخط ١ والخط ٢. والعدد ٧ يكتب أسفل الخط ٢ والأعداد التالية (٨، ٩، ١٠، ١١، ١) تكتب بين الخط ٢ والخط ٣، وفي نهاية الخط الحادى عشر يكتب بين لخط العدد ١١. ونحتاج نحت الآن للملء الجهة اليسرى للخط الأول بالأعداد (٧، ٨، ٩، ١٠، ١١). ويكون التطبيق بالتالى قد انتهى على الصورة الآتية:

(٦)	(٥)		(٤)		(٣)		(٢)		(١)												
٧	٥	٥	٦	٦	٤	٤	٥	٥	٣	٣	٣	٢	٣	٣	٢	١	١	٣	٢	١١	
٨	٤	٤		٧	٣	٣	٦	٦	٢	٢	١	١	٤	٤	٣	٣	١١	١١	٣	٣	١٠
٩	٣	٣	٨	٨	٢	٢	٧	٧	١	١	١١	١١	٥	٥	٤	٤	١٠	١٠	٤	٤	٩
١٠	٢	٢	٩	٩	١	١	٨	٨	١١	١١	١٠	١٠	٦	٦	٥	٥	٩	٩	٥	٥	٨
١١	١	١	١٠	١٠	١١	١١	٩	٩	١٠	١٠	٩	٩	٧	٧	٦	٦	٨	٨	٦	٦	٧
			(١١)		(١٠)		(٩)		(٨)		(٧)										

ونستطيع ان نقرأ الجدول الآن بأن نحدد أن من على يمين الخطوط يلعبون ضد من على شمالها، أما الفرق فى جهة الشمال فلها ميزة اللعب على أرضها. كما أن الفرق التى يوجد عددها فوق أو تحت الخطوط فإنهم لا يلعبون فى هذا اليوم، وبالتالى تكون خطة اللعب كالآتى:

الرابع	الثالث	يوم اللعب الثانى	يوم اللعب الأول
٢ : ٣	٣ : ١	١ : ٢	٢ : ١١
١ : ٤	٤ : ١١	١١ : ٣	٣ : ١٠
١١ : ٥	٥ : ١٠	١٠ : ٤	٤ : ٩
١٠ : ٦	٦ : ٩	٩ : ٥	٥ : ٨
٩ : ٧	٧ : ٨	٨ : ٦	٦ : ٧
(٨) بدون	(٢) بدون	(٧) بدون	(١) بدون

اليوم الخامس	السادس	السابع	الثامن
٤ : ٢	٣ : ٤	٥ : ٣	٤ : ٥
٥ : ١	٣ : ٥	٦ : ٢	٣ : ٦
٦ : ١١	١ : ٦	٧ : ١	٢ : ٧
٧ : ١٠	١١ : ٧	٨ : ١١	١ : ٨
٨ : ٩	١٠ : ٨	٩ : ١٠	١١ : ٩
(٣) بدون	(٩) بدون	(٤) بدون	(١٠) بدون

اليوم التاسع	العاشر	الحادى عشر
٦ : ٤	٥ : ٦	٧ : ٥
٧ : ٣	٤ : ٧	٨ : ٤
٨ : ٢	٣ : ٨	٩ : ٣
٩ : ١	٢ : ٩	١٠ : ٢
١٠ : ١١	١ : ١٠	١٠ : ١
(٥) بدون	(١١) بدون	(٦) بدون

وإذا وضعنا خطة اللعب ١٢ فريقاً فإننا نحتاج أيضاً إلى أحد عشر يوماً، وبالتالي فإنه يمكن ملء الفريق سواء أكان فوق الجدول السابق أو تحته مع الفريق رقم (١٢). وبالتالي فإن كل يوم يقابل الفريق الأعلى الأسفل لكل خط ضد بعضهما. وعليه فإن المباراة تقام على ملعب المكتوب عالياً. تحدد الأيام اللعب بالازدواج الآتى:

اليوم الأول : ١ - ٢

اليوم الثانى : ٢ - ١٢

اليوم الثالث : ٢ - ١٢ .. إلخ.

وإذا نظمت المباريات بهذه الطريقة فإن المنظمة تكون لديه المميزات الآتية:

- أنه يساعد بصفة عامة على زيادة الاهتمام بأسلوب منتظم لعمل التدريب والتمرين.

- أن يعمل على إيجاد تخطيط وإنجاز لأسلوب المباريات لمدة زمنية طويلة.

- أنه أبعد تحكم الظروف الخاصة الممكن حدوثها، بأن الفريق الأحسن لفترة طويلة هو الذى سيفوز.

- إن إتمام المباريات لكل الفرق سيكون تحت نفس الظروف وتحتسب النتائج فى هذه الطريق بنظام النقط، حيث ينال الفريق الفائز ثلاث نقط، والمهزوم نقطة واحدة، ويعطى الفريقان نقطتين فى حالة التعادل.

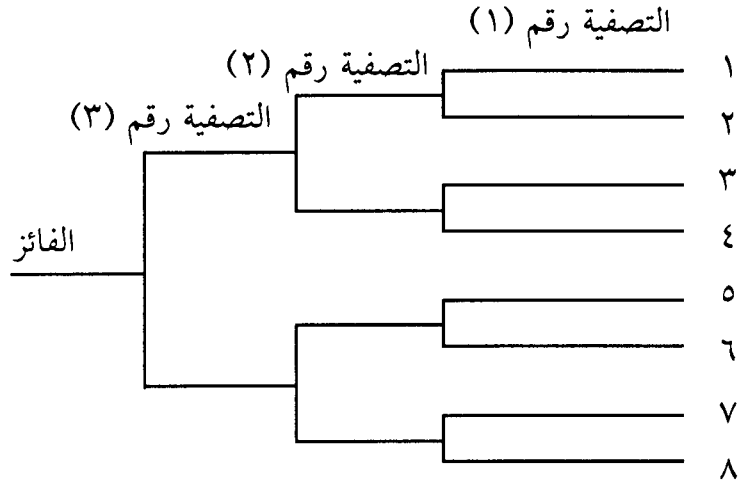
أما المنسحب فيعطى صفراً وهذا النظام فى حساب النقط يعتبر الأفضل حيث يمكن التأثير على الفرق لعدم الانسحاب، وإظهار الفرق بين الهزيمة والانسحاب.

ويمكن أن تكن هذه الطريق بنظام الدورى المزدوج، حيث يلعب كل فريق مع الفريق الآخر مرتين. مرة على أرضه، ومرة على أرض الفريق المنافس، ويكون ذلك حسب درجة كفاية الوقت.

طريقة خروج المغلوب:

وإذا تطلب الأمر من واضع التنظيم أن يقيم مبارياته بين عدد كبير من الفرق مع إنجاز هذه المباريات فى وقت قصير، فإنه يمكنه استخدام هذه الطريقة التى فيها يخرج الفريق من الدورة، إذ هزم.

وتخطيط هذه الطريقة سهل وخاصة إذا كان العدد من مضاعفات العدد (٢).



شكل رقم (١٦)

وتجرى عملية اختيار الفرق المتبارية فى هذه الطريقة تبعاً للقرعة . وإذا لم تكن أعداد الفرق غير مضاعفة مع العدد (٢) فإنه يجب على المنظم أن يقوم بعمل تصفيه تمهيدية بين الفرق للوصول إلى تضاعف العدد (٢) ويكون ذلك عن طريق الاقتراع .

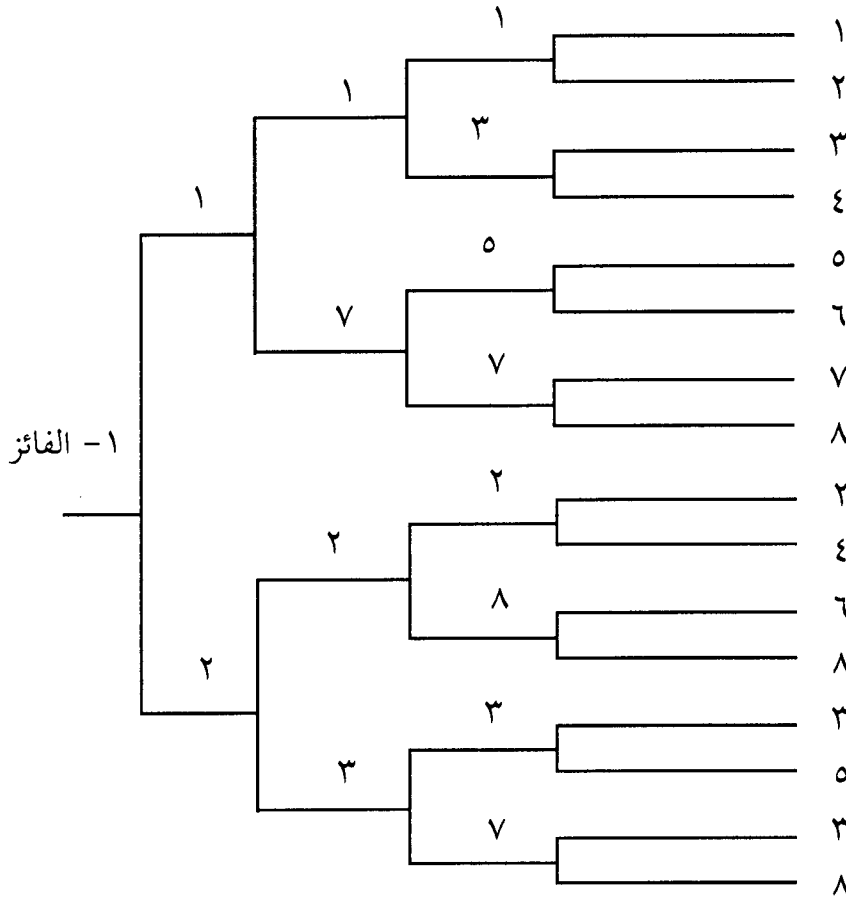
مميزات هذه الطريقة:

- أنه يمكن ممارسة مباريات بين فرق عديدة فى وقت قصير .
- تظهر الإشارات الواضحة فى زيادة المستوى فى المباريات النهائية .

عيوب هذه الطريقة:

- تترك الفرصة لحدوث بعض الظروف غير المناسبة لبعض الفرق .
 - إمكانات ممارسة المباريات لبعض الفرق تكون فرصة واحدة وبالتالي فإنها لا تؤثر بطريقة إيجابية عليها للمواظبة على الممارسة المنظمة للرياضة .
 - لا ينتج ترتيب دقيق للفرق حسب مستواها من الأول حتى الأخير .
- وهذه العيوب تعتبر مؤثرة على عمل هذه الطريقة ، ولذلك ينبغى العمل بها فى حالة الاضطرار فقط بسبب الوقت .

وحتى يمكن ملافاة هذه العيوب يمكن استخدام طريقة خروج المغلوب مرتين والرسم فى شكل رقم (١٨) يوضح الطريقة.



شكل رقم (١٧)

طريقة المزج:

تعتبر طريقة المزج كتكوين مركب من طريقتى الدورى وخروج المغلوب ويمكن استخدامها كالاتى:

- ١- يكتشف الفائز من خلال تقسيم الفريق لمجموعات عن طريق التنظيم بخروج المغلوب. ثم إقامة دورى بين الفائزين يحدد فيه الفائز النهائي.
- ٢- وهنا يمكن عكس الطريقة السابقة بحيث تقام مجموعات يقام فيها دورى ثم يؤخذ الفائزون فيها وتقام بينهم تصفية بخروج المغلوب لتحديد الفائز.

إقامة الدورات:

تعتبر الدورات بالنسبة للمشاركين ذات إثارة خاصة، وهى محببة لكل الممارسين الرياضيين، وتنفيذ هذه الدورات - وخاصة إذا أقيمت للأطفال والشباب - يحتاج إلى درجات عالية من الاعتبار والملاحظة والكفاءة، وحتى يمكن ضمان سريان جيد لهذه الدورات فإنه فى كل الظروف ينبغى وضوح العنصرين الآتين قبل البدء فيها:

- ما هو الوقت المسموح به لإنجاز هذه الدورات (الدورة)؟
- ما هى الملاعب أو الصالات التى يمكن أداء الدورة عليها؟
- وتحت مراعاة هاتين النقطتين يمكن تحديد عدد الفرق المشتركة والكوادر اللازمة لإدارة هذه الدورة.

الواجبات:

تكلم باختصار عن طريق تنظيم المباريات ثم اشرح بطريقة وافية إحدى الطرق المناسبة لقطاع رياضة أوقاع الفراغ مبيناً الظروف التى تجعل هذه الطريقة ضرورية فى الإنجاز.

المراجع:

- ١- حسن معوض، سيد شلتوت: التنظيم والإدارة فى التربية الرياضية، دار المعارف، ١٩٧٢.
- ٢- حلمى إبراهيم: الترويح وأوقاع الفراغ، مطبعة المعرفة ١٩٦١.

- 1- Zajcev, K. S.: Wettkamfe - eine grosse kraft der korperkulturbewegung. In: Teorigai Praktikg ficiceskoj Knltury, Moskau 25 (1962).
- 2- DTSB - Bundesvorstand: 13 Bundesvorstandssizung des DTSB anu 18. juni 1964 in Berlin, S. 32.
- 3- DTSB - Bundesvorstand, Ausschreibung fur die, Volkss Portlichen wettkampfe, S. 13.
- 4- Ziegler, V.: Aufstellung von Punktspielkalendern. Leicht gemacht In: Sportorganisator I (1952) 9. S. 278.
- 5- Renner, M. Herzog. D.: Zu Wettkanpfen in de, Sportspielen u. deren Austragungsmodi. In. u. pr. der KK. 16 (1967).

أساسيات المحتويات والتنظيم في وضع الحفلات الرياضية؛

هدف ومحتوى الحفلات؛

يعمل المجتمع على تأمين وجود كل الأساسيات والارتكازات اللازمة لممارسة التمرينات البدنية والرياضية. كما أنها تلقى على كل العاملين في ميدان التربية الرياضية واجب استخدام كل هذه الإمكانيات في جميع قطاعات التربية الرياضية المختلفة وترك لهم فرصة العمل الابتكاري بما يخدم استمرار وانتشار الممارسة الرياضية المنتظمة في قطاع رياضة أوقات الفراغ والترويح.

ويتطلب العمل للوصول إلى كل هذا الانتشار للرياضة وممارستها استخدام كل الوسائل والأشكال المختلفة للاحتفالات الرياضية في الدوائر المسطحة للشعب كله، كلما أمكن ذلك في محاولة لاستمالة كل الشعب للعمل مع الأجهزة التنفيذية واجتذابهم لهذه الممارسة الرياضية. ويتسع هذا الهيكل لهذه الأشكال المختلفة من بداية دروس التمرينات وساعة التمرينات إلى الاحتفالات الرياضية الكبرى التي كانت تقام في أيام أعياد الثورة في ٢٣ يوليو من كل عام قبل عدوان إسرائيل في ٥ يونيو عام ١٩٦٧، والتي أتاحت بعد انتصار أكتوبر العظيم في عيد النصر يوم ٦ أكتوبر، وبناء على هذا الهيكل الواسع والممتد بخصائصه المميزة فإنه يمكن تقسيم هذه الاحتفالات إلى أربعة أقسام رئيسية:

١- الاحتفالات التي تتضمن نوعاً واحداً من الرياضة أو مسابقة من المسابقات.

٢- احتفالات تتضمن أنواعاً عدة من الألعاب أو المسابقات الرياضية المختلفة.

٣- مسابقات واحتفالات تقام للحصول على درجة تقديرية معينة.

٤- احتفالات تقام لأعياد محددة.

ويجب أن تحتوى الرياضة في قطاع أوقات الفراغ والترويح على أشكال

من العمل الرياضى تتضمن فى داخلها الفرح، والسرور، وتغيير الانطباعات والعمل الهادف مع ربط ذلك بالمتطلبات المستقبلية للمجتمع والاحتفالات الشعبية ذات القيمة المعنوية والتقاليد الدينية إن وجدت .

ويجب أن يراعى من الناحية التنظيمية أن تكون التمرينات سهلة ومن الممكن تفهمها بسرعة .

كما أن العمال الذين يريدون ممارسة بعض من الرياضة بعد يوم العمل الشاق ويحتاجون إلى التمرينات التى تقوم بعمل تعويضى لما يقومون به فى مهنتهم، أى أنهم يريدون أن يتمتعوا بنوع آخر من الانقباضات العضلية غير التى ألفوها .

وبالتالى فإن واجبات رياضة أوقات الفراغ والترويح تختلف من قطاع إلى آخر سواء أكان ذلك فى الريف أو المدن، فى المنشآت الترويحية أو التعويضية، فى مراكز الرعاية الرياضية أو فى مراكز التأهيل الرياضية، أى الاختلاف يكون تبعاً لطبيعة المكان المنشأة وإن كان الجميع يتحد فى أنه يجب أن تتوفر حياة رياضية مميزة بالصحة والسعادة والسرور فى أثناء ممارسة الرياضة والتمرينات البدنية وعلى ذلك فإن هناك كثيراً من الأشكال والإمكانات المتعددة التى يمكن من خلالها إنجاز وأداء والقيام بالاحتفالات الرياضية .

وبناء على هذه العناصر السابقة فإنه يجب أن يراعى فى أثناء التحضير لوضع الخطة التنظيمية الخصائص المتميزة تبعاً لهذه الملاحظات المختلفة والتى تشكل الخطة والحلول والأساسيات لاحتفالات رياضية ناجحة فى كفاءتها والمادة الموضوعة لها .

ويجب أن تتضمن الاحتفالات سواء أكانت على نطاق واسع فى الريف أو فى المدن، فى المصانع أو الشركات، فى المدارس أو فى المنشآت الترويحية، أو فى أماكن السكن، بعضاً من المبادئ التنظيمية الأساسية التى تتناسب مع كل هذه الملاحظات المختلفة .

خطة التنظيم:

يجب أن تتضمن خطة التنظيم كل العناصر الفردية، وتحضر الخطة بدرجة جيدة وبعد تفكير متمعن لوضع خطوطها العريضة، لأن التخطيط الجيد هو الأساس على كل الأحوال للوصول إلى النجاح. فيكون كيف، مع من، ولأجل من. وكبداية فإنه يجب أن يوضع بصورة قاطعة مدى حجم ومتضمنات الاحتفال، كما تلعب الناحية المالية المتوفرة، دوراً هاماً في الخطة. وبالتالي فإنه على القاعدة تأمين الاستخدام الأمثل للوسائل المحدودة والضيقة.

كما أنه يجب أن توضع كل الاقتراحات وأسس التفكير المختلفة في شكل «خطة مبدئية» لتخدم أساسيات المناقشة من المسؤولين عن التنظيم والمستشارين المشتركين. وإذا ثبتت الاتجاهات الكلية للاحتفال فإن مجلس التنظيم يركز نفسه في الأشكال التي تتضمن إنجازاً ناجحاً للاحتفال من خلال العمل الجماعي ووحدته. وتكوين مجلس التنظيم يختلف تبعاً لخصائص ومحتوى وحجم الاحتفال، إلا أنه في جميع الحالات يجب إشراك ممثلين لإدارة القطاع التي يؤدي الاحتفال باسمها، والنقابات المشتركة في هذا القطاع. إلخ.

كما أن إدارة المجلس تنحصر على كل الأحوال في المشرف العام على التنظيم (رئيس مجلس التنظيم) مشرف التنظيم (المنظم العام) المشرف الفني (المنظم الرياضي المتخصص). كما يتوقف عدد المساعدين على أهمية وحجم الاحتفال، عدد المشتركين المتوقع حضورهم، وعدد المسابقات الموضوعة في البرنامج، وحتى يمكن الوصول إلى النجاح المرغوب فإنه يجب أن يسبق الاحتفال تحضير ذو أساس متكامل مشتملاً على أسلوب العمل المحدد والتعاون الجيد لكل المسؤولين.

إدارة مجلس التنظيم:

يعتبر المدير هو المسئول عن إدارة ومتابعة أعضاء مجلس إدارة التنظيم ويقوم بتوجيه إنجاز الاستشارة الجماعية كما أن عليه الاتصال مع تنظيمات

المجتمع والإدارات الحكومية ويقود التحضير الاديولوجى ويتحمل مسئولية الناحية اللازمة للاحتفال .

وأقرب العاملين من المدير أو المشرف العام على التنظيم هو المشرف على التنظيم العام، والمشرف على التنظيم الرياضى التخصصى .

قطاع التنظيم العام:

ويتضمن هذا القطاع كل الواجبات التى لا ترتبط مع إنجاز المسابقات الرياضية بصفة مباشرة وهى :

(أ) الدعاية:

وهدف الدعاية هنا يشتمل على اكتساب وتوسيع القاعدة المحيطة بإثارة انتباههم لهذه المسابقات المكتوبة وحثهم على الاشتراك الإيجابى فيها . وتعتمد فى إثارة الانتباه على الاجتماعات، الكلمات، المنشورات الصغيرة، الصحافة، الإذاعة . . إلخ . لتوجيه هذه الطاقة فى اتجاه الاحتفال الرياضى . كما أنها تشرح فى هذه النشرات وهذه الوسائل إمكانية وكيفية الاشتراك فى هذه المسابقات .

(ب) سريان التنظيم:

يجب الاهتمام بالاحتفال بالافتتاح ونهاية الاحتفال مثلها مثل الاهتمام بالنواحي الجزئية للمسابقات نفسها . وبناء عليه فإنه يجب أن يثبت سريان البرنامج بدقة مع كل النواحي التنظيمية الجزئية (مثل الاستيقاظ، ملابس الاحتفال، حفل الافتتاح . . إلخ) كما أنه ينبغى أن يكون الحتام مشتملاً على احتفال ثقافى يمتزج ببرنامج رياضى، مع توزيع الجوائز وإعلان الفائزين ويجب التفكير الدقيق فى أثناء سير الحفل فى العناصر الهامة التى تعمل على إنجاحه .

(ج) مركز الإسعاف:

وواجب هذا القطاع يتمثل فى تأمين الإسعافات الأولية فى حالة حدوث

حوادث أو بعض الظواهر الصحية المفاجئة، والصعبة. كما يتحتم أيضاً أن يتصل بالهلال الأحمر ويتفق معه على تجهيز سيارة لنقل الحالات الصعبة إلى المستشفى إذا كانت الإصابة والحالة فى وضع يستدعى ذلك، ويجب أن يتابع قواعد أعضاء هذا المركز ورجال الهلال الأحمر باستمرار فى أثناء الحفل ويعين مكان لهم يجب أن يكون ظاهراً ومعروفاً.

(د) التغذية والانعاش؛

ولضمان تواجد التغذية والمشروبات المنعشة فإنه يجب الاتصال بالمقصف الخاص بالمكان أو بمتعهد من المتخصصين بالحفلات لتحضير بعض المواد الغذائية والمشروبات المنعشة المناسبة والملائمة لزمن الاحتفال وحالة الجو.

(هـ) طاقم المساعدين؛

ولتحقيق الواجبات العديدة والمستمرة فى أثناء سير الحفل الرياضى يجب إعداد عدد كاف من المساعدين والمنظمين. ويجب أن يكون جهاز مركزى ملاحظ لتوجيه هؤلاء المساعدين بسرعة إلى الأماكن التى تحتاجهم.

(و) الناحية المالية؛

يتميز الاحتفال الرياضى بنوع من المعاملات المالية فإنه يقترح تخصيص لجنة للناحية المالية تحت إشراف التنظيم العام، ويستحسن أن يكون القائم على رأسها اقتصادياً متخصصاً حتى يمكن تسوية الأمور المالية ومدى الاستخدام الأمثل واللازم للمال، بالإضافة لمعرفته بالبنود والأبواب الرياضية وكيفية الصرف وإقامة العلاقات والاتفاقات التجارية.

قطاع التنظيم الرياضى المتخصص؛

وتمثل الواجب الرئيسى فى هذا القطاع فى تحضير وإدارة كل الواجبات الرياضية المتخصصة. ويفضل فى تعيين مشرف على هذا القطاع أن يكون مدرس تربية بدنية ذا خبرة طويلة يقوم بمساعدته ويقف بجواره كثير من المساعدين والعاملين معه أصلاً، وبالتالي يمكن استخدامهم فى العمل فى

الأقسام المختلفة للاحتفال وقد أعطانا التطبيق الميدانى هذا التقسيم للعمل فى المهرجانات والاحتفالات الرياضية.

- مسئول عن مسابقات ألعاب الميدان والمضمار (ألعاب القوى):

تقوم المسئولية فى هذا القطاع على منح الميداليات للفائزين الثلاث الأوائل فى كل سباق (ذهبية - فضية برونزية) كما تظهر أسماء الفائزين والمشاركين كتابة ويحدد المشاركين تباعاً بناء على تسجيل الحكم المعين.

- مسئول عن الألعاب:

الألعاب الشائعة والتي يمكن وضعها فى البرنامج هى: كرة القدم - كرة السلة - الكرة الطائرة - كرة اليد. من الممكن تغيير بعض القواعد فى القوانين من ناحية الزمن - احتساب النتيجة - مساحة اللعب. بدون تغيير للقواعد الأساسية ومن الممكن لضيق الوقت فى الاحتفال أن تقام التصنيفات الأولية للمباريات مبكراً وقبل بداية الاحتفال. ويقتصر الاحتفال فقط على المباريات النهائية. ويجب أن يراعى وضع قواعد للتصرف فى حالات التعادل فى المسابقات التى تتميز بزمان محدد.

- مسئول عن المسابقات الترويحية بين بنود البرنامج:

يوجد باستمرار بين بنود البرنامج بعض الوقت الذى يلزم شغله، وهنا تحتل الألعاب الصغيرة أو الألعاب التى يشترك فيها المشاهدون جانباً هاماً، ومن الممكن إشراك جمهور المشاهدين بواسطة تحضير تمرينات مجموعات كبيرة يستطيع المشاهد أن يقوم بأدائها وهو فى مكانه.

- مسئول عن المسابقات والألعاب الشعبية:

يصير أداء المسابقات الشعبية بطريقة متوازية مع المسابقات والألعاب الأخرى وتتمثل هذه الألعاب فى شد الحبل - جرى الموانع - التتابعات المختلفة. كما يمكن وضع ألعاب الأطفال مثل الدرجات أو الألعاب الصغيرة (الجرى بالبيض - الحبل فى زكية .. إلخ).

مسئول عن الملاعب والأدوات الرياضية:

لا يمكن الجزم بأنه فى كل مكان يستطيع أن يقام الاحتفال كله فى مكان رئيسى واحد، وبالتالى فإنه لإعداد الملاعب لكل هذه المسابقات يلزم نوع معين من العمل للإعداد يتمشى وظروف سير البرنامج نفسه.

كما أنه على كل الأحوال يلزم أيضاً اختيار الأدوات والأجهزة المستعملة فى المسابقات المختلفة. ويجب العناية على وجه الخصوص بتواجد ميكروفون إعداد مكان متوسط فى الملاعب له، لكى يعطى التوجيهات الصحيحة والهامة لكل الاحتفال. وإن كان العامل الهام هنا هو العمل الجماعى المترابط والجيد مع كل المسؤولين عن القطاعات الأخرى وتجهيز الأدوات والألعاب التى تستلزم وجودها فى الوقت المناسب.

لجنة الاحتجاجات والحكم:

تقام هذه اللجنة من أجل إعطاء الأحكام النهائية الخاصة بتحديد الترتيب النهائى للفرق، وتنظر فى الاحتجاجات المقدمة، وتقوم بتوضيح قواعد اللعب واحتساب النتائج، ويشارك فيها مشرف عام الاحتفال، والمشرف المتخصص، ورئيس لجنة الحكم، ومندوب عن مجلس التنظيم.

ويتولى رئيس الحكم مسئولية الإشراف على التعليمات الخاصة بإنجاز وسير المسابقات على أساس ما ذكر سابقاً (فى النشرات) وبالتالى يكون أمام كل الحكم، ولذلك فإنه يجب العناية باختيار الحكم المناسبين لدى أهمية المسابقات وقوتها.

- مكتب النتائج:

وعلى الرغم من أن مكتب النتائج يعتبر جزءاً من لجنة الاحتجاجات والحكم، إلا أنه يفضل أن يكون مستقلاً بذاته وتتمثل واجباته فى جميع نتائج كل المسابقات وتنظيمها تبعاً لتسلسلها.

ويقوم المكتب بتسجيل النتائج فى لوحة النتائج المثبتة، وتسجل الأسماء

فى الشهاداء؁ وىقوم المكآب بأسآىل النأآآ (ىآب أن ىأواء آطاط) وآعطى النأآآ فوراً للمسؤول عن منصآ الفأآزىن .

الإعلان: (لوحآ المسؤولىن عن المسابآاء):

وىآآبر الإعلان وسىلآ هامة لنقل المسابآاء الرىاضىة . وهى آقام فوراً بعد الاسآشارة الرىسىة فى مجلس إءارة الآنآىم؁ وىءرسها كل المسؤولىن والمهآمىن بالمسابآاء المآآلفة . وهذا الإعلان ىآب أن ىسبقة آفآىر مآمعن آآى ىمكن آلافى الفهم الآاطئ للآارئ وآآى ىمكن أىضاً منع الأسئلة عنه .

وىآمىز أسلوب الإعلان وآآآبه بناء على آصائص ومآآوى وآآم الاحآفال ولكنآ على كل الأحوال ىآب أن ىشآمل على العناصر الآىة :

(أ) الآآة المسؤلة عن الاحآفال ومشرف الاحآفال؁ وىعطى هنا اسم المشرف العام واسم الهىة المسؤلة آآى ىمكن أن ىعرف كل مشرآ من هو المسؤول الأول .

(ب) المكان - الزمان - الأسلوب - فقرة دوام الاحآفال - وىضاف إلى ذاك أىضاً بىانات: المرحلة السنىة- مءى قوى الفرق- الآصفىاء الأولىة . إلآ .

(آ) نبذة عن كىفىة سىر المسابآاء .

(ء) صآة البءاءة - ىضاف إلى ذاك كىفىة الاشآراك والبءاءة (السن الأدنى - أو المسآوى الأدنى . . إلآ) .

(هـ) آسآىل الاشآراك - ونهاىة الآسآىل . وىآب أن ىآءء آسآىل المشرآكىن: الاسم بالكامل - آارىآ المىلاء - المسابآة .

(و) الآوائز - الشهاداء - مكافآاء .

(ز) آشرف الفأآزىن - مآل الآآآاء إلى منصآ الشرف بعد المسابآة مبأشرة فى إطار الاحآفال الموضوع .

- البرنامج الزمني:

بعد انقضاء فترة التسجيل، وتام تسجيل كل المشتركين والمسابقات والألعاب التي ستجرى فإنه يكون في الإمكان وضع خطة زمنية دقيقة ومحددة. ويجب أن توضع الخطة بعد تفكير عميق وشامل للعناصر المشتمل عليها البرنامج والزمن اللازم لها والترتيب المناسب والملائم للمكان والمتعارف عليه بحيث يضمن للاحتفال المسار الصحيح والانسيابي مع دقة التنفيذ من الناحية الزمنية. وفي الآتي مثال لاحتفال رياضي جماهيري ممكن إقامته في مصنع من المصانع الكبيرة أو في هيئة على مستوى عددي ضخم:

الساعة ٧,٣٠ ص التجمع أمام المصنع أو المكان المخصص للتجمع.

الساعة ٧,٥٤ الطابور العام في النادي المعد للاحتفال (الخاص بالمصنع).

الساعة ٨ - ٨,١٠ كلمة الافتتاح من رئيس مجلس إدارة أو من ينيبه.

الساعة ٨,١٠ - ٨,٢٠ تمرينات جماعية لكل المشتركين.

الساعة ٨,٣٠ - ١٢,٠٠ مسابقات ألعاب القوى (الخماسي).

الساعة ١٢,٠٠ - ١٣,٠٠ غداء في مطعم المصنع.

الساعة ١٣,٠٠ - بداية المباراة النهائية لكرة اليد.

الساعة ١٣,٣٠ - بداية المباراة النهائية في الكرة الطائرة.

الساعة ١٤,٠٠ - بداية مباريات المصارعة والسلاح.

بداية الألعاب الشعبية:

الساعة ١٤,١٥ - المباراة النهائية لكرة القدم (بطولة المصنع).

الساعة ١٥,٠٠ في فترة الراحة بين مباراتي كرة القدم تؤدي تمرينات أو

مسابقات الجمباز.

الساعة ١٦,٠٠ إلى الساعة ١٦,٤٥ مباراة كبرى في كرة القدم (الشوط

الأول) (فريق المصنع × فريق من الخارج).

الساعة ١٦,٤٥ فى فترة الراحة بين الشوتين .

- تتابع ٤ × ١٠٠ م سيدات .

- تتابع ٤ × ١٠٠ م رجال .

- ١٠٠٠ م جرى .

الساعة ١٧,٠٠ إلى الساعة ١٧,٤٥ كرة قدم (الشوط الثانى) .

الساعة ١٨,٠٠ نهاية المباريات .

الساعة ١٩,٣٠ إلى الساعة ٢٤,٠٠ الاحتفال الرياضى الثقافى مع منح

الجوائز والهدايا (نادى المصنع أو قاعة المسرح) .

الخطه الزمنية فى حالة سوء الأحوال الجوية:

يجب أن يكون فى الحسبان وضع خطه متوازية مع الخطه الأصلية لتطبيقها فى حالة سوء الأحوال الجوية على أن ينفذ فيها على الأقل جزء من الخطه الأساسية وعليه فيجب إعداد أماكن مغلقة مناسبة إن وجد (صالات - حجرات كبيرة .. إلخ) لاستمرار الاحتفال فيها إذا ساء الجو .

التقييم الكلى:

من المحتمل أن يصبح الاحتفال الرياضى بالنسبة لكثير من المشتركين بداية للممارسة الرياضية المنظمة . ولذلك فإنه يستحسن من القائمين على الإشراف الرياضى الاتصال المستمر بالرياضيين الذين قيدوا فى المسابقات المختلفة . ويجب أن يعقد اجتماع بعد نهاية الاحتفال يقوم فيه مجلس التنظيم بعملية نقد ذاتى شديدة تتناول عملية التحضير والإنجاز ويسجل ذلك النقد ونقاط القصور فى الاحتفال حتى يمكن تلافيها فى احتفالات أخرى . ويجب أيضاً أن تسجل هنا السلبيات والإيجابيات التى ظهرت أثناء الاحتفال . ثم يخرج المجلس بتوصيات تعتبر كنقاط يركز عليها فى الاحتفالات فى المستقبل .

تنظيمات المجتمع المؤثرة على التنظيم الرياضى؛

فى مجتمعنا يتزايد اقناع واهتمام تنظيمات المجتمع المختلفة بالنشاط الرياضى كعامل هام ومؤثر فى زيادة الإنتاج والاستعداد للدفاع عن الوطن، والتنظيم الرئيسى المشرف على النشاط الرياضى فى مصر هو وزارة الشباب بما يتبعها من مجالس وعلى رأسها المجلس الأعلى للشباب والرياضة، وقد تكونت مجالس محلية للرياضة مهمتها الأولى زيادة عدد الممارسين للرياضة، وتعتبر بالتالى هذه المجالس هى الهيئة العليا المشرفة تبعاً لحجم النشاط الرياضى وعدد المشتركين فيه واتساع دائرة الاشتراك ومداه.

وبناء على ذلك يجب على القائمين على الاحتفالات الرياضية أو المهرجانات المختلفة ألا يغفلوا دعوة هذه المجالس أو مندوبين عنها للاشتراك حتى يمكن الاستفادة القصوى من كل الخبرات الموجودة للوصول إلى المهرجان الأمثل مع العدد الأقصى المستفيد من كل الإمكانيات الموجودة فى هذا المستوى. كما لا تقتصر فقط تنظيمات المجتمع المؤثرة على هذه المجالس بل يدخل فيها التنظيم النسائى - مجلس المدينة أو القرية - المدارس على جميع مستوياتها المختلفة - الجمعيات التعاونية الزراعية فى القرى - النوادى الريفية - الاتحادات الرياضية المختلفة - مجلس المحافظة - المجلس الشعبى للمحافظة - أعضاء مجلس الشعب... إلخ.

وعلى كل الأحوال فإنه يجب أن يكون فى الحسبان أن العمل الجماعى يمكن من استخدام كل الإمكانيات المتوفرة بصورة مثلى، وخاصة أنه ينبغى أن يمارس كل العاملين فى أوقات فراغهم الرياضة على أساس أنها العامل الأساسى فى المحافظة على الصحة وزيادة الإعداد البدنى.

واجبات؛

- ١- ما هى الأشكال المختلفة للاحتفالات الرياضية؟
- ٢- أذكر الواجبات الأساسية الملقاة على مشرف التنظيم؟
- ٣- ماذا تفهم من اصطلاح المسابقات الشعبية؟

- ٤- ما هي الواجبات الخاصة برئيس لجنة الحكام؟
- ٥- أذكر العناصر الأساسية التي يركز عليها الإعلان؟
- ٦ - ما أهمية وضع خطة زمنية لاحتفال رياضى موضحاً ذلك بما درست؟
- ٧- حاول أن تكتب خطة تنظيمية متكاملة لاحتفال رياضى فى ناد من الأندية الخاصة مبيناً فيها اللجان المختلفة وخطوات وضع التنظيم نفسه.

المراجع:

- 1- Florl, R. Volkssport in Whhngebiet Berlin: Sportvelag 1960.
- 2- Marschner P. Macht mit beim landsport. Eine Anleitung fur die Sportage der landbevölkerung Berlin Sportbergag.
- 3- Perfole, H. D.: Sportpeste an Berufschulen. EDie Wichtigsten methoden der vorbereitung und durchfuhrung Den - Ins. fur Berupsbildung 1959.
- 4- Kleung Enzuklpeadie Koroperkultur und sport. Leipzig Verlag Enzuklopadie 1960, S. 196, S. 196 - 202.
- 5- Dobler, H. uber die besondere Eignung der spoele fur den volkssport. In. u. pr. der KK. 10 (1961) 4, S. 339.

المعسكرات:

مقدمة:

تلعب المعسكرات دوراً هاماً وحيوياً فى تعويض الأفراد عن عملهم والمشقة التى يجدونها فى أثناء ممارستهم لأعمالهم اليومية ، كما أنها فى نفس الوقت وسيلة تربوية تعمل على النهوض بالفرد. ومن الممكن أن تستخدم المعسكرات كنوع من العلاج لحياتنا اليومية بما بها من مشاكل معقدة يومية مستمرة. فالمعسكرات تعتبر إلى حد كبير منفذاً ومخرجاً للمشاعر النفسية الدفينة فى النفس البشرية التى يحتاج الإنسان باستمرار إلى إخراجها.

تعريف المعسكر:

يعتبر المعسكر مكاناً خلويّاً يمنح من خلاله بعض من المفاهيم والأغراض التربوية، مع توفير الفرصة لتعويض النفس عن العمل اليومى الشاق، والاندماج مع جماعات جديدة متغيرة غير التى يألفها الإنسان فى حياته اليومية العادية تبعث التجديد فى حياة الفرد وتؤهله للعودة سعيداً إلى الحياة العامة.

وقد دخلت حياتنا المعسكرات بعد انفتاح دولتنا مع دول أوروبا وأمريكا التى كان لها السبق فى إنشاء مثل هذه الأماكن التربوية. قديماً كانت المعسكرات عسكرية فقط حيث كانت تقام للقوات المسلحة فى الأماكن الاستراتيجية للدفاع عن الوطن. ولم تأخذ صورتها الحديثة من الناحية التربوية والترويحية إلا من خلال الحركة الكشفية التى دعا إليها «بادن باول» عام ١٩٠٨ بإنجلترا.

وتشتمل حياة المعسكرات على أربعة اتجاهات أساسية:

- ١- التربية الخلوية (معيشة الخلاء).
- ٢- تقضية أوقات فراغ سعيدة (الترويح عن النفس).
- ٣- تنمية الناحية التربوية (مؤسسة تربوية).
- ٤- العمل الجماعى من خلال الحياة داخل الجماعة (روح الجماعة).

أهمية المعسكرات:

تتمثل أهمية المعسكرات من خلال النتائج والآثار الطيبة التي تبينت وظهرت من خلال الممارسة الجماعية للعمل داخلها. ولما ظهر من أن هذه المعسكرات وسيلة نحو تقويم الشخصية من خلال التكيف اليومي طبيعة البرنامج المنظم والموقع الموجود فيه المعسكر. بالإضافة إلى الجماعات والهيئات التي يعيش داخلها الفرد كما أن اختلاف الأوجه الغرضية لبناء المعسكرات وإقامتها أعطت انطباعاً خاصاً لكل نوعية معينة من المعسكرات يتناسب مع الغرض والهدف المراد تحقيقه من خلاله سواء أكان هذا المعسكر تدريبياً أو تعويضياً أو تأهيلياً.

فاختلفت الهيئات المنظمة وتغيرت النظرة لدى أهمية المعسكرات بل إن جميع الهيئات بلا استثناء أصبحت تقيم المعسكرات وتعمل على الاحتفاظ بآماكن لإقامة معسكراتها عليها تبعاً لخططها التدريبية والترويحية الموضوعة. وتقوم حالياً الوزارات والهيئات المختلفة بإعداد المعسكرات الخاصة بها - وزارة التربية والتعليم - معسكرات الطفولة - المعسكرات الطلابية - التعليم العالي، المعسكرات الطلابية التدريبية والقيادية والرياضية - معسكرات الترفيه للموظفين في أوقات فراغهم - الجماعات - معسكرات الترويح لأعضاء هيئات تدريسيها. وزارة الشؤون الاجتماعية إعداد المعسكر للطوائف المختلفة التي ترعاها معسكرات ترويحية تأهيلية تدريبية - وزارة الشباب المعسكرات التدريبية للموظفين والمدرسين والإداريين والفنيين العاملين في الوزارة. ويلخص فيما يلي دور واعراض المعسكرات وتربية الخلاء.

- أغراض عامة وتشمل:

- ١- تعلم التعايش الديمقراطي.
- ٢- تعلم فهم وتقدير الخلاء.
- ٣- تعلم الاعتماد على النفس.
- ٤- فهم وممارسة القواعد الصحيحة.

أما الأغراض الخاصة فتشتمل على:

- ١- تعلم أصول التعايش الاجتماعى وترقية العلاقات الإنسانية.
 - ٢- مساعدة الفتيان والفتيات على معرفة الخلاء وأن يعيشوا فيه ومعه ويحافظوا عليه الآخرين.
 - ٣- تقديم خبرات واقعية للعمل (نواح تدريبية).
 - ٤- إدخال المعسكرات المدرسية كجزء من المنهاج.
 - ٥- توفير خبرات سعيدة حرة.
 - ٦- تنمية الوعي الروحى والمعنوى.
- كما أن بعض الخبراء فى المعسكرات يلخصون الأغراض العامة للمعسكرات فى الآتى:

- ١- اكتساب مفاهيم واعتبارات علمية.
- ٢- دراسة التغيرات الموسمية.
- ٣- تنمية مهارات ترويحية ذات قيمة.
- ٤- اكتساب قيمة روحية.
- ٥- ممارسة خبرات عمل صحية.
- ٦- ممارسة التعايش الديمقراطى الاجتماعى.
- ٧- معرفة مقومات الحياة الصحية السليمة.
- ٨ - العمل على تنمية التكامل الجسمانى.

أنواع المعسكرات:

تتميز أنواع المعسكرات تبعاً للغرض المقام من أجله المعسكر ويمكن تقسيم المعسكرات من حيث الزمن والغرض الذى بناء عليه، ويقوم الفرد بالاشتراك فى المعسكر كالتالى:

تقسيم المعسكرات تبعاً للزمن:

معسكر ليوم واحد:

وهو الذى يخرج فيه الأفراد للمعيشة فى الخلاء لمدة يوم واحد سواء أكان ذلك فى خيام أو كبائن أو بدونها على شرط أن يتبعوا فى معيشتهم فى ذلك اليوم النظام أو البرنامج اليومى المنظم تحت قيادة تربوية متفهمة لطبيعة العمل .

معسكر ليلة واحدة:

وهو المعسكر الذى يبدأ فى يوم وينتهى فى اليوم التالى ويكون المبيت فى المعسكر أيضاً فى خيام أو كبائن . . إلخ . تحت النظام أو البرنامج اليومى المفتوح .

المعسكر الطويل:

وهو الذى يستمر تبعاً للنظام السابق من يومين إلى شهر أو أكثر حسب الإمكانيات الموجودة والأهداف القائم من أجلها .

تقسيم المعسكرات تبعاً للأغراض:

المعسكرات المدرسية:

وهى المعسكرات التى تنظمها الهيئات المشرفة على المدارس (وزارة التربية والتعليم - إدارة رعاية الشباب، أو الجمعيات المختلفة التى تشكل فى المدارس) وقد أصبحت المعسكرات منهاجاً معترفاً به فى مناهج وزارة التربية والتعليم، ويمكن فيها لأى مدرسة أن تستخدم إمكانياتها بشكل كامل خارج مبانيها، فى شكل منطقة الخيام، أو متنزه، أو مزرعة، وهنا توصية جاءت فى تقرير أحد المؤتمرات «أن المعسكرات الصيفية الخاصة أو التابعة لهيئة ما، توفر فرصاً لاستخدام المدارس لها أثناء السنة الدراسية عندما تكون فى العادة معطلة» وتستمر التوصية «ويمكن للأجهزة التعليمية أن تملك مناطق خيامها وحده أو بالمشاركة مع هيئات أخرى وبذلك توفر الفرصة للمعسكرات المدرسية أثناء السنة الدراسية للمعسكرات الترويحية أثناء الشهور الصيفية الثلاثة .

معسكرات العمل:

وهى التى تهدف من خلال إقامتها التأثير فى المجتمع عن طريق أداء بعض الأعمال التى تهدف إلى الخدمة العامة، كالعمل فى المزارع أو الأرض الصحراوية أو مشروعات النظافة، أو عمليات التعمير. وتحمل هذه المعسكرات طابعاً اجتماعياً وسياسياً وتربوياً خاصاً، إذ أنها تقوم على تربية الشباب على حب الوطن والمجتمع وتنمى فيهم المحافظة على تقاليدهم وعاداتهم وأرضهم. كما أنها تعمل على زيادة معرفة الشباب بطبيعة أرضهم وخيراتها العامة.

المعسكرات الترويحية:

وهى التى تهدف إلى قضاء وقت فراغ مثمر ونافع للأفراد من خلال إقامة برامج منظمة وترفيهية مثمرة وتكون فى العادة إما على شكل معسكرات ليوم واحد (عطلة نهاية الأسبوع) أو فى شكل معسكرات لمدة طويلة (من أسبوع إلى أسبوعين فى عطلة الصيف).

المعسكرات العلاجية:

وهى المعسكرات التى تتميز أغراضها بعمليات النقاهة والاستشفاء. وتقام من أجل إعطاء الفرصة لبعض المرضى وكبار السن للاستمتاع بالحياة الطبيعية وإعطائهم برامج علاجية منظمة تحت إشراف طبي مستمر وتعتبر هذه المعسكرات من أحدث المعسكرات التى قيمت أخيراً. وفى ألمانيا يهتم مجلس الرياضة الجماهيرية بهذه المعسكرات ويشرك فيها العاملين فى الدولة فى وظائف ذات مسئولية عالية. لإعطائهم الفرصة الكاملة لتعويضهم عن الحياة داخل المكاتب أو المعامل لمدة طويلة.

كما أن هناك معسكرات دائمة: وهى التى يصبح مكانها معداً لاستقبال الأفواج على مدار السنة (مثل معسكر أبى قير بالاسكندرية) - معسكر العمل بوادى النطرون - معسكر الكشفة بحلوان) والمعسكر الدائم يتكون عادة من

بعض المباني للإدارة والمطابخ ودورات المياه . أما المعسكرات غير الدائمة : فهي التى تقام بالخيام فى بقعة معينة أو مختارة على أن ترفع هذه الخيام بعد انتهاء فترة المعسكر .

وأحدث الاتجاهات الآن هو الاتجاه إلى بناء المعسكرات الدائمة حيث أنها تعمل على تذليل كثير من العقبات التى تتعرض لها المعسكرات غير الدائمة مثل الإمداد بالمياه والحراسة وتمهيدها . . إلخ .

موقع المعسكر:

- يجب أن يؤخذ فى الاعتبار عند اختيار موقع المعسكر أن يكون متناسباً مع مدة المعسكر والغرض المراد الحصول عليه من خلال إقامته فیراعى الآتى :
- مدى ما يحيط بالمعسكر من حياة طبيعية ونواح جمالية .
- البعد عن الأماكن المزدحمة بالسكان .
- سلامة الموقع ودرجة الأمان سواء أكان ذلك من ناحية تعرضه للظواهر الطبيعية أو قربه من مركز إسعاف ومركز شرطة . . إلخ .
- جفاف الجو وسرعة الصرف .

الأدوات والمهمات:

تختلف الأدوات والمهمات التى يجب أن تحملها الجماعة إلى المعسكر تبعاً للفترة والغرض المطلوب من المعسكر تحقيقها وعلى كل الأحوال فإن الأدوات والمهمات تتلخص فى الآتى :

- عدد من الفئوس .
- عدد من الجواريف .
- عدد من البلطات .
- أدوات الطهى (متناسبة مع تعداد المعسكر) .
- عدد من الخيام .

- مراتب - بطاطين .

- عدد من الجرادل .

- شنطة إسعاف أولية .

كما أن هناك بعض المعدات الخاصة الأخرى التى يمكن إضافتها مثل الفوانيس والمراتب المطاط، وفناطيس المياه ومواقد الغاز ومعدات الأكل والأدوات الرياضية من كرات إلى شبك وقوائم خشبية... إلخ .

برامج المعسكرات:

تختلف برامج المعسكرات تبعاً للغرض المطلوب تحقيقه من المعسكر إلا أنه فى جميع الحالات يجب الأخذ فى الاعتبار النواحي التالية:

١- يجب أن يعطى البرنامج الفرصة الكاملة لكل مشترك للاندماج فى نشاط خلوى مع جماعة من الجماعات .

٢- يجب أن يشترك العضو فى تقييم الأعمال التى يقوم بها أفراد الجماعة التى ينتمى إليها تحت توجيه وإشراف من قيادة المعسكر .

٣- السماح لكل عضو باختيار النشاط الذى يناسبه ويحمل إليه ليساعده على النمو البدنى والعقلى والاجتماعى والنفسى .

٤- يجب أن يتمشى البرنامج مع موقع المعسكر وحجمه وحالة الطقس والإمكانات المادية والبشرية الموجودة فى المعسكر الرابع).

الاعتبارات المختلفة لتخطيط البرامج:

تتلخص الاعتبارات فى العناصر التالية:

الحياة الجماعية:

يعنى اتجاه الحياة الجماعية كل ما يصل إليه الفرد من مثل ومبادئ من خلال معيشته داخل الجماعة وتحليه بالنواحي التربوية التى تنشأ نتيجة

لاندماجه فى حياة الجماعة ويرتقب من الحياة الجماعية الوصول إلى الأغراض التالية:

- التكيف الاجتماعى .
 - الاستمتاع واللهو .
 - تكوين علاقات مع الكبار .
 - تنمية الاتجاهات والمهارات المرغوبة .
 - الاعتماد على النفس .
 - الحياة الصحية .
 - التمتع بالحياة الترويحية .
- كما أن هناك من الخبرات التى تكتسب نتيجة للحياة الجماعية تجمل فى الآتى:

- خبرات التخطيط الجماعى .
- خبرات لتنمية العادات الصحية السليمة .
- أعمال لتقديم العزم والإرادة .

الاتجاهات المنهجية المختلفة:

- وهناك الكثير من المناهج التى يمكن وضعها فى البرامج بما يتلائم مع المعسكر وفترة دوامه والغرض المقام من أجله وتتمثل فى:
- علوم مختلفة (من خلال أعمال المعسكر اليومية).
 - فنون اللغة (مجلات أو نشرات ثقافية).
 - الدراسة الطبيعية .
 - الموسيقى .
 - السمر والتمثيل .

قيادة وإدارة المعسكرات:

يجب أن تتميز إدارة المعسكرات بالطريقة الديمقراطية أى أنه يجب أن يظهر بوضوح فى طريقة إدارة المعسكر المبادئ الديمقراطية. فتختار قيادة المعسكر عن طريق الانتخاب، وإن كان يستحسن أن تعين أولاً لجنة عليا للمعسكرات للهيئة أو الهيئات المتحدة الأغراض والأهداف، تقوم بالإشراف على جميع أنواع المعسكرات التى تنظمها. ويجب عند تعيين هذه اللجنة أن يضم وجود أعضاء متخصصين فى هذا المجال وعلى مستوى عال من التأهيل لتخطط برامجها وتنفذها بطريقة تربوية سليمة للوصول إلى الأهداف المراد تحقيقها.

اختصاصات لجنة المعسكر العليا:

- وضع أهداف المعسكر بحيث تتمشى مع أغراض وأهداف المؤسسة.
- وضع برنامج المعسكر الذى يتمشى مع الأهداف.
- المحافظة على المكان المقام عليه المعسكر.
- إيجاد المستويات اللازمة لإدارة المعسكر والريادة فيه.
- تعيين مدير المعسكر والمساعدين.
- ضمان عامل الاستمرار والاستقرار فى المعسكر.
- الإشراف الفنى والإدارى والمالى على المعسكر.
- تقييم أعمال المعسكر.
- وضع توصيات بناء على التقييم الذى يتم مراعاتها فى أثناء تنفيذ معسكرات متشابهة.

عضوية اللجنة وتشتمل على:

- عدد من الأخصائيين فى إدارة المعسكرات.
- عضو يمثل الهيئة أو المؤسسة أو الجمعية التى تشرف على المعسكر.

- أخصائى فى برامج المعسكرات.
- طبيب ذى خبرة فى صحة المعسكرات والتغذية.

علاقة اللجنة بهيئة المعسكر:

- التعامل معاً لضمان سير العمل داخل المعسكر والوصول إلى الأهداف الموضوعه.

- التوصل إلى خطة عامة لتنفيذ البرنامج.

- أن يرسل مدير المعسكر تقارير شهرية. أو كلما انتهى معسكر من المعسكرات إلى اللجنة لإعلامها يتم ويتضمن التقرير تقييم المعسكر والتوصيات للمعسكرات القادمة.

هيئة المعسكر:

والمقصود بهيئة المعسكر.. الهيئة التى تعمل على تنفيذ البرامج داخله واستمرار العمل فيه للوصول إلى تحقيق الأغراض والأهداف الموضوعه. وتقوم بعملية الإشراف والتوجيه. ويختلف حجم هيئة المعسكر تبعاً للإمكانات المادية والغرض المطلوب تنفيذه. وحجم المستفيدين داخله. وهى تتكون عادة من:

- ١- مدير المعسكر.
- ٢- مدير البرامج.
- ٣- أخصائيين (للتربية الرياضية - تربية فنية - موسيقى - سمر).
- ٤- مشرفين على الوحدات «ويختلف عددهم حسب أعضاء المعسكر».
- ٥- مساعدين ويستحسن أن يكونوا من خلال المعسكرين (أو المستفيدين المقيمين فى المعسكر).
- ٦- سكرتير للمعسكر - وأمين للصندوق.
- ٧- طبيب - حكيمة - أو ممرض.

٨ - معاون تغذية .

٩ - طبّاخ .

١٠ - عمال .

اختصاصات مدير المعسكر:

١- يشكل مع مدير البرامج والاختصاصيين ومندوبى الوحدات والمساعدین مجلس إدارة المعسكر .

٢- يشترك مع مدير البرامج فى إعداد البرامج بعد موافقة مجلس الإدارة ويتولى الإشراف على تنفيذها .

٣- تنظيم الاتصالات الخارجية باسم المعسكر .

٤- الإشراف المالى على نقود السلفة مع التوقيع على المستندات قبل صرفها .

٥- ملاحظة وتوجيه هيئة الإشراف فى عملها اليومى .

٦- الإشراف العام على النواحي الصحية والتغذية .

٧ - كتابة تقرير عام إلى الهيئة أو المؤسسة .

الاخصائيون:

يقوم كل أخصائى بتنفيذ البرامج من جهة تخصصه، واضعاً فى عمله اليومى تحقيق أهداف البرنامج تبعاً للإرشادات والقواعد العامة لمجال تخصصه متفانياً فى أداء عمله على الوجه الأكمل .

المشرفون:

يعتبر المشرفون بلا شك العامل الأساسى فى سبيل إنجاح المعسكر سواء أكان هذا المعسكر مليئاً بالإمكانات المادية والبشرية أو كان ضئيل الإمكانيات . فقدرة المشرف على الريادة والإشراف والتوجيه لمجموعته تمكنه من أن يخلق الجو الصالح لتنمية أفراد وحدته . ولذلك يجب أن يكون مؤهلاً متخصصاً فى ناحية إشرافه .

وهذا يعطيه القدرة على العمل بأسلوب غير شكلى يتمشى مع الحياة الطبيعية.. التى هى من طبيعة المعسكر، وبدون أن يفقد احترام الأعضاء له كمشرف ورائد وموجه.

ويجب أن يلم المشرف بمراحل النمو المختلفة ومميزاتها وخصائصها حتى يمكنه استغلالها الاستغلال الأمثل ويتوقف ذلك على مدى خبرته الميدانية فى هذه المراحل لأن الناحية النظرية فقط لا تكفى لملاحظة هذه الخصائص والمميزات.

ويستحسن أن يسبق المعسكر فترة تدريب للمشرفين على أعمالهم وكيفية القيام بها بحيث تشمل النواحي الآتية:

- ١- أهداف الهيئة أو المؤسسة التى تنظم المعسكر.
- ٢- البرنامج الموضوع للمعسكر والأهداف المطلوب تحقيقها.
- ٣- السياسة التى ستتبع فى المعسكر.
- ٤- توزيع المسؤوليات والسلطات.
- ٥ - طبيعة ونوع أعضاء المعسكر.

كما أنه يكون فى الإمكان عقد اجتماعات لهيئة المعسكر فى أثناء فترة إقامته لمناقشة المشاكل التى تعترض طريق المشرفين وإيجاد الحلول المناسبة ويستحسن أن يجتمع مجلس إدارة المعسكر بعد انتهائه لتقييم العمل داخل المعسكر - حتى يمكن إصدار التوصيات المناسبة لمراجعتها وإجراء التعديلات المختلفة لتطبيقها فى المعسكرات القادمة.

تنظيم المعسكر:

عملاً على استمرار تنفيذ البرنامج الموضوع فإنه يجب أن ينظم المعسكر بطريقة تعمل على إيجاد المنافسة والتجانس بين أفراد المعسكر ويكون التنظيم على النحو الآتى:

- تنظيم المعسكر فى جماعات كل جماعة من ٤ - ٨ أفراد (خيمة - كابينة).

- يتألف المعسكر من وحدات كل وحدة من ٤ - ٦ جماعات.
- يقوم بالإشراف على كل وحدة مشرف (١٦ - ٤٨ عضواً).
- يراعى أن يتوافر التجانس بين أعضاء الجماعة من النواحي المختلفة.
- العمل على إقامة اجتماعات دورية للوحدات ثم للمعسكر كله.
- تناقش في هذه الاجتماعات المشاكل الملموسة فى البرامج والتنفيذ.
- يتم تكوين لجان داخل المعسكر من الأعضاء تبعاً للتقسيم الآتى:
- ١- لجنة للبرامج.
- ٢- لجنة الأدوات والموقع.
- ٣- اللجنة المالية والإدارية.
- ٤- اللجنة الصحية.
- ٥- لجنة التغذية.
- ٦- لجنة المرافق العامة.
- يقوم أعضاء اللجان المختلفة بمساعدة المشرفين فى العمليات التى يسألون عنها تبعاً للأعباء الملقاة على عاتق اللجنة.

الرعاية الصحية داخل المعسكر:

- تتطلب طبيعة الحياة داخل المعسكرات رعاية صحية مستمرة بالإضافة إلى من يقوم بالإسعافات الأولية نظراً لبعده المعسكر عن العمران فى معظم الأحيان ويراعى الآتى لتوفير الرعاية الصحية السليمة داخل المعسكر:
- ١- العمل على توفير طبية داخل المعسكر ويستحسن أن يكون مقيماً.
 - ٢- تواجد ممرض أو ممرضة بصفة مستمرة داخل المعسكر.
 - ٣- إعداد خيمة للعزل أو كابينة يعزل فيها المرضى ويراعى فى ذلك الإجراءات الصحية.
 - ٤- يؤكد على ضرورة إجراء الكشف الطبى على المشتركين فى المعسكر

قبل حضورهم إليه (الأعضاء - العاملين). كما يدرب المشرفون على ملاحظة الأعضاء صحياً من حيث النوم والنظافة.

٥ - تراعى عمليات الأمن والسلامة حسب أوجه النشاط المختلفة التى يشتمل عليها البرنامج. وإعداد فنيين للقيام بهذه الأعباء تبعاً للبرنامج (مثال: الانقاذ فى السباحة. حفظ المواد القابلة للاشتعال).

٦ - اختيار مياه الشرب التى يمد المعسكر بها، ويراعى ذلك أيضاً فى مياه الاستحمام.

نبذة عن الاتحاد المصرى للمعسكرات:

بناء على بعض الاجتماعات التمهيدية التى قام بتنظيمها مجموعة من الأفراد الأوائل فى ميدان المعسكرات وجهت الدعوة إلى الأفراد والمؤسسات المهتمة بحركة المعسكرات فى جمهورية مصر العربية لحضور الاجتماع الأول للجمعية العمومية لهيئة النهوض بحركة المعسكرات. وقد استجاب عدد ٣١ عضواً وحضروا الاجتماع الأول للجمعية التأسيسية فى يوم الأربعاء الموافق ١٩٧٢/٢/٩ بمقر الهيئة بالمعهد العالى للتربية الرياضية بشارع الأهرام - قسم الهرم - محافظة الجيزة. حيث ناقش الحاضرون فيما بينهم فكرة تكوين هيئة جديدة تعمل فى ميدان رعاية الشباب طبقاً لللائحة الموحدة المعتمدة من وزارة الشباب وقد أطلقوا عليها اسم «الاتحاد المصرى للمعسكرات» ومقرها المعهد العالى للتربية الرياضية بالهرم واتفقوا على أن تلخص أغراضها فى النقاط التالية:

١ - نشر ورعاية حركة المعسكرات فى جمهورية مصر العربية والعمل على دعمها.

٢ - النهوض بحركة المعسكرات فى ج. م. ع. ونشر مبادئها على أوسع مجال ممكن (بين مختلف الأعمار والأجناس) وإنارة الوعى بأهميتها بمختلف الوسائل الإعلامية.

٣ - إنشاء المعسكرات فى المناطق المختلفة المخصصة لذلك.

- ٤ - وضع المواصفات والمستويات الخاصة بالمعسكرات والمخيمات وما يلزمها من مرافق.
 - ٥ - إدارة وتنظيم المعسكرات فى ج. م. ع. ووضع القواعد والمبادئ الخاصة بهذا التنظيم والعمل على دعمها.
 - ٦ - تدريب وتأهيل القائمين على العمل بالمعسكرات من إداريين وقادة والأعضاء المنتمين للاتحاد والمرشحين للاشتراك فى المعسكرات والمؤتمرات الدولية وإعداد الدورات التدريبية لهم.
 - ٧ - التنسيق بين أنشطة المعسكرات فى الجمهورية وإعداد البرامج الزمنية لشغلها على مدار السنة.
 - ٨ - تنمية المبادئ والأسس المتعارف عليها للمعسكرات.
 - ٩ - إجراء البحوث والدراسات المختلفة وعقد المؤتمرات للبحث فى أمور المعسكرات ومشكلاتها.
 - ١٠ - الاتصال بالمنظمات الدولية للمعسكرات وتبادل الخبرات معها.
 - ١١ - تمثيل ج. م. ع. فى المؤتمرات والاجتماعات الدولية وتنظيم هذه المؤتمرات والاجتماعات التى تعقد بالجمهورية بعد موافقة الجهات المعنية.
- هذا وقد تم إشهار الاتحاد طبقاً لأحكام القانون رقم ٢٦ لسنة ١٩٦٥ وصدرت لائحة النظام الأساسى له.
- ويعتبر تكوين هذا الاتحاد دعامة من الدعامات التى تعمل على تقوية وتنمية حركة المعسكرات فى مصر والعمل على انعاشها. ورفع الإمكانيات المستفاد للشباب على اختلاف أعمارهم وأجناسهم وقد انتخب فى الاجتماع الأول مجلس إدارة الاتحاد من ١٧ عضواً برئاسة دكتور محمد محمد فضالى
- عميد المعهد العالى للتربية الرياضية بالهرم (٦ ، ٧).

المراجع:

- ١ - د. حلمى إبراهيم: الترويح وأوقات الفراغ، مطبعة المعرفة ١٩٦١. ص ١٩٦ - ١٨٧.
- ٢ - تقرير مؤتمر التربية لوقت الفراغ: الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح، ١٩٧٥، ص ٤٨.
- ٣ - راجع د. حلمى إبراهيم، الترويح وأوقات الفراغ مطبعة المعرفة، ١٩٦١، ص ٢١٠.
- ٤ - تشالز، بيوكر، أسس التربية البدنية، المجلس الأعلى للشباب، مكتبة الأنجلو المصرية، ص ٢٨٣، (ترجمة د. كمال صالح، د. حسن سيد معوض).
- ٥ - محضر اجتماع الجمعية التأسيسية (أصل الاجتماع بتاريخ ١٩٧٤/٢/٩).
- ٦ - لائحة النظام الأساسى للاتحاد المصرى للمعسكرات (طبع استنسل، ١٩٧٣).

رقم الايداع : ١٤٤٥٢ / ١٩٩٨

I.S.B.N : الترقيم الدولي :

977-294-107-4