

بحث حول التربية البدنية

يمكن الحصول على نسخة من نموذج بحث عن التربية البدنية بصيغة PDF جاهزة للطباعة، ويمكن الاقتباس مما فيه من معلومات أثناء إنشاء بحث جديد عن نفس الموضوع، وذلك من خلال الرابط "من هنا"، ونعرض فيما يلي محتوى البحث:

التربية البدنية

تعد التربية البدنية من أهم الفروع في التربية العامة، حيث تعنى بصورة خاصة بتسخير الجهد البدني من أجل خدمة الإنسان، ويحظى هذا الفرع بالآونة الأخيرة بالكثير من الاهتمام من عديد الفئات من المؤسسات والأشخاص.

كما قامت دول متقدمة عديدة بتخصيص جزء من ميزانياتها للعمل على تطوير ذلك الجانب، لما له من فوائد سوف تعود على الصحة المجتمع بدينًا، ونفسيًا، كما أنه ركيزة هامة للاستقرار المجتمعي، وعنصر أساسي في تنمية المجتمع بشكل عام. وجعلت الكثير من الدول التربية البدنية تخصص دراسي في مراحلها التعليمية العليا والجامعية وغيرها، كما وضعتها كمساق من مساقات التي تُدرس بالمدارس ومراحلها التعليمية.

أقسام التربية البدنية

تقسم التربية البدنية لقسمين أساسيين وهما القسم التربوي، والذي يهدف بشكل أساسي لتربية الأفراد بصورة متوازنة وسليمة، والتوجيه نحو أهمية ذلك الجانب والعمل على تأهيلهم بدنيًا ونفسيًا، ومن الناحية العقلية من أجل ممارسة التمارين الحركية والرياضية، وذلك من أجل تحقيق التوازن بين كل من الجسد والروح، مما ينقل بالشخص من الثبات للحركة، ومن التوتر للاستقرار النفسي.

والقسم الثاني، وهو القسم الرياضي، الذي يهدف بشكل رئيسي إلى تعليم الفرد طريقة ممارسة التمارين، بشكل أوضح يعد ذلك القسم هو القسم الذي يمثل الجانب العملي التطبيقي للقسم الأول في التربية البدنية

أهمية التربية البدنية

نشرع في شرح أهم عناصر بحث حول التربية البدنية، وهو أهمية التربية البدنية والتي نوضحها في النقاط التالية:

- تعمل التربية البدنية بشكل رئيسي ومباشر على الصحة العامة وقوامها.
- إكسابه الجسم المهارات الحركية الخاصة بممارسة الأنشطة الرياضية المختلف.
- منح الجسم أقصى درجة من اللياقة الحركية.

- تؤكد على وجوب الإعداد البدني العام.
- إطلاق الطاقات الكامنة داخل كل فرد وما لديه من قدرات ومواهب رياضية خاصة.
- توجيه الهوايات الرياضية، والعمل على تحفيز الفرد أن يواظب على ممارستها في أوقات الفراغ.
- الاهتمام بالسلوك القويم والروح الرياضية.
- التعزيز من الثقافة الرياضية والعمل على تنميتها.
- التدرج بالمستويات من أجل التجهيز للبطولات الرياضية مسبقاً.
- التركيز على كل من الجوانب الإرشادية، والترويجية، والكشفية.
- التخلص من الملل الذي أصبح سمة العصر، والمساعدة على ملء وقت الفراغ بما يفيد.
- تحسين مزاج الفرد وحالته النفسية، والتقليل من المشاعر السلبية والتوتر الذي ينتج عن الضغوطات الأسرية والاجتماعية والمهنية وغيرها، ما يمنح استقرار نفسي في نسيج المجتمع كل بانتشار العادات البدنية السليمة.
- تنمّي الصحة البيولوجية للأفراد، والحفاظ على العمليات الداخلية بأحسن فاعلية.
- التطوير من مرونة الفرد، والعلم على تنمية أفكار تقبل الآخر واختلافه، وخلق الروح الرياضية بداخله، ما ينعكس إيجابياً على المجتمع ككل واستقراره.
- التربية البدنية تحارب السمنة، بشكل عام، والتي أصبحت أحد أعصى أمراض العصر وأكثرها انتشاراً.
- تأسيس جيل قوي البنية ولائق بدنياً، وإعداده من أجل أن يصبح مؤهل لبذل كل نوع من أنواع المجهود المطلوبة سواء متقطعاً أو متواصلاً، ويكون جيلاً متميز على كافة الأصعدة من الناحية النفسية، والعقلية، من خلال إشباع حاجاته إلى تحقيق ذاته، والنجاح، والأمان.