

1تعريف التوجيه :

أ لغة: وجه الشيء والشخص، جعله يأخذ اتجاها معينا- .

ب اصطلاحا: فهو مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد على فهم نفسه، فيحدد أهدافا تتفق مع-
إمكانية بيئته، ثم يختار الطريق المحقق لهذه الأهداف بحكمة وتعقل.

2 -مفهوم التوجيه الرياضي :

يرى محمد حسن علاوي: بأن التوجيه هو مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم نفسه
وفهم مشاكله، وأن يستغل إمكاناته الذاتية من قدرات، مهارات وميول وأن يستغل إمكانات بيئته من ناحية
أخرى.

كما يعرفه أحمد أحمد عواد: التوجيه بأنه مساعدة يقدمها أشخاص مؤهلون ومدرّبون إلى شخص آخر في أي
مرحلة عمرية من مراحل النمو، وهذه المساعدة الفنية تمكنه من تدبير أوجه نشاط حياته وتغيير أفكاره واتخاذ
قراراته وتحمل أعباءه بنفسه وهذه المساعدة تقدم بطريقة مباشرة وغير مباشرة.

3 -أهمية التوجيه الرياضي:

التوجيه عملية ترمي إلى مساعدة التلميذ أو اللاعب الرياضي الى تحقيق عدة عوامل مهمة وهي: فهمه لنفسه عن
طريق إدراكه لمدى قدراته واستعداداته وميوله. فهم المشاكل التي تواجهه. فهم بيئته المادية والاجتماعية بما فيها من
إمكانات.

4 -أهداف التوجيه في المجال الرياضي:

مساعدة الرياضي على توجيه حياته الرياضية بنفسه بذكاء في حدود قدراته وإمكاناته توجيه الرياضيين إلى أفضل
الطرق للتدريب لتحقيق أقصى درجات النجاح .
التعرف على الفروق الفردية بين الرياضيين ومساعدتهم على النمو في ضوء قدراتهم . فهم بيئته المادية والاجتماعية،
بما فيها من إمكانيات .

إدراك المشكلات التي تعترضه وفهمها

التوافق مع نفسه ومع مجتمعه.

5 -أنواع التوجيه الرياضي :

1 - 5 -التوجيه النفسي :

يهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم مشكلاته النفسية الداخلية وتفسيرها والعمل على حلها، بوضع أهداف

واضحة تساعده على التكيف معها ويفيد التوجيه النفسي في نمو الفرد ونضجه . كما يعرفه (روجيه غال) : بأنه العملية الفنية المنظمة التي تهدف إلى مساعدة الفرد على اختيار الحل الملائم للمشكلة التي يعاني منها، ووضع الخطط التي تؤدي إلى هذا الحل والتكيف وفقا للوضع الجديد الذي يؤدي به إلى الحل.

2 - 5 -التوجيه المهني :

هو مساعدة الفرد على اختيار مهنته للمستقبل والإعداد لها، بكل ما يملك من مهارات وقدرات وإمكانات مادية ومعنوية.

3 - 5 -التوجيه المدرسي

هو الكشف عن قدرات التلميذ ومهاراته من أجل الاستفادة من ذلك، فاختيار التخصصات المناسبة والمناهج الدراسية، يؤدي إلى نجاح التلميذ في حياته الدراسية.

ويعرفه عبد الحميد مرسى: بأنه العملية التي تهتم بالتوفيق بين الطالب لما له من خصائص مميزة من ناحية، والفرص التعليمية المختلفة ومطالبها المتباينة من جهة أخرى والتي تتم أيضا بتوفير المجال الذي يؤدي إلى نمو الفرد وتربيته.

6 - ما يجب مراعاته في عملية التوجيه الرياضي :

1 - 6 -الميل :

هو شعور عند الفرد يدفعه إلى الاهتمام والانتباه إلى نشاط ما وتفضيله ويكون عادة مصحوبا بالارتياح، ويكون الميل قويا عندما يتصل بإشباع حاجات الفرد.

كما يعتبر الميل: أسلوب من أساليب العقل حيث يبذل الفرد كل جهده في نشاط معين يصاحبه إحساسه بالراحة النفسية.

وتفيد الميول في التوجيه أنها نوع من الشعور بالاهتمام، وأسلوب من أساليب العقل فأني ناشئ عنده ميل قوي إلى ممارسة رياضة معينة، عندما يجد فيها راحته واطمئنانه ولذاته، وعند مزاوله التدريب فيها لا يشعر بالتعب والإرهاق والملل

2 - 6 -الاستعداد :

تعرفه (ماجدة السيد عبيد): أن الاستعداد على أنه إمكانية الوصول إلى درجة من الكفاية أو القدرة عن طريق التدريب سواء كان مقصودا أو غير مقصود كما أن الاستعداد هو الحالة التي تبين قدرة الفرد على تحصيل نوع معين من المعرفة أو اكتساب فن الأداء الحركي الخاص في فعالية أو لعبة معينة، إذا أعطى له التدريب المناسب.

3 - 6 - القدرة :

تعرف القدرة بأنها القوة على القيام بعمل أو ممارسة فعل حركي أو نشاط عقلي، وتحكم القدرة مع غيرها من العناصر في السلوك. كذلك تعني القدرة بالقوة الفعلية لدى الناشئ، على أداء عمل معين وتمثل أيضا السرعة والدقة في الأداء، نتيجة تدريب أو بدون تدريب.

4 - 6 - الرغبة :

هي الشعور بالميل نحو أشخاص أو مزاولة ألعاب أو فعاليات وحركات معينة، والرغبة لا تنشئ من حالة نقص أو اضطراب كما هو الحال في الحاجة بل تنشأ من تفكير الرياضي فيها أو تذكره إياها أو إدراكه للحركات المرغوبة.

5 - 6 - الدافعية :

يعرف مفتي إبراهيم حماد: الدافعية بأنها جنوح اللاعب أو اللاعبة إلى بذل جهد لتحقيق هدف معين نتيجة القوى داخلية.

7 -أسس التوجيه الرياضي :

فيجب على الموجه عند قيامه بعملية التوجيه الرياضي أن يراعي الأسس التالية:

- ✓ الفروق الفردية بين الأفراد في القدرات والاستعدادات والميول .
- ✓ الفروق داخل الفرد في الخصائص الجسمية والنفسية والعقلية.
- ✓ مراعاة حاجات الفرد في حدود القيم والاتجاهات التي يعيش بها .
- ✓ عملية التوجيه عملية يكتسب فيها الفرد اتجاهات وقيم ومظاهر سلوكية جديدة .
- ✓ عملية التوجيه يستفيد منها الفرد في رسم مستقبله .

8 -مستويات التوجيه الرياضي :

1 - 8 - مستوى الحصول على المعلومات :

يعيش التلميذ الناشئ خلال مرحلة دراسته بعض المشاكل التي تصادفه فيقتضى الأمر الحصول على بعض المعلومات المتعلقة بهذه المشاكل وفي هذه الحالة يحتاج التلميذ من المربي الرياضي المعلومات الضرورية التي تساعده في حل تلك المشاكل كمعرفة طرق التدريب في لعبة من الألعاب سواء داخل المدرسة أو خارجها، أو الاستفسار عن شرح بعض النقاط في قوانين وأوجه النشاط الرياضي وما إلى ذلك، كما أن أستاذ التربية الرياضية يساعدهم على اختيار الألعاب الرياضية أو النشاطات البدنية المناسبة لهم.

2 - 8 - مستوى المساعدة في حل المشاكل التربوية :

قد يصادف التلاميذ، بعض المشاكل التربوية في مادة من المواد الدراسية، ليس بالضرورة في المواد العلمية فقط كالحساب واللغات، إنما قد تصادفه في مادة التربية البدنية والرياضية وهنا، يجب أن يكون المربي على خبرة ودراية بأساليب التوجيه التي يمكن استخدامها لمساعدة التلاميذ في هذا المجال.

3 - 8 - مستوى المساعدة في الاختيار :

أحيانا يتطلب توجيه التلميذ، نظرا لصعوبات يوجهها في الاختيار، بين مادتين مختلفتين وتنشئ صعوبته من أنه لا يعرف إمكانياته الخاصة التي تساعد على التوجيه إلى الميدان الذي يمكنه النجاح فيه.

4 - 8 - مستوى المساعدة في حل المشاكل الشخصية :

وقد يكون التلميذ في حاجة إلى توجيه يتناول المشكلات الشخصية التي لها جذور انفعالية ويحتاج هذا المستوى إلى خبرة وكفاية الموجه الذي يكون في العادة متخصصا لتناول هذه المشاكل والذي يكن له دوره ووظيفته بين هيئة التدريس بالمدرسة ، ولكن هذا لا يمنع من أن يقوم المربي الرياضي بالمساعدة الإيجابية في مثل هذه النواحي إذا كان مؤهلا للقيام بمثل هذه العملية ، ولقد بينت الخبرة أن المربي الرياضي الناجح هو من أول من يلجأ إليه التلميذ للإفصاح عن مشاكله النفسية والشخصية بحكم طبيعة المادة التي يقوم بتدريسها والتي تتسم بالتححرر من قيود الفصل الدراسي والعلاقة التي تحددها مادة الدراسة بين المربي الرياضي وتلاميذه.

كما يجب أن نؤكد أن النشاط الرياضي بحكم طبيعته مجال له خصائصه الوقائية والعلاجية قد تكون وحدها كافية ليكشف التلميذ قدراته واستعداداته وميوله بالإضافة إلى تزويده بالمعونة النفسية التي تعطي له نجاحه في المجموعة في نشاطه من الأنشطة الرياضية.

9 - علاقة التوجيه الرياضي بالانتقاء :

الانتقاء والتوجيه الرياضي هما عمليتان متكاملتان، بحيث من دون الانتقاء لا نستطيع أن نقوم بإجراء عملية التوجيه الرياضي. الانتقاء والتوجيه الرياضي لا يقتصران فقط على إعداد الأبطال وإنما اختيار نوع النشاط الرياضي الذي يلاءم الفرد بغرض إشباع ميوله ورغباته واهتماماته، كما يؤدي الانتقاء والتوجيه الرياضي إلى التعرف المبكر على الأفراد ذوي الاستعدادات والقدرات البدنية والنفسية الملائمة بنوع النشاط الرياضي المختار والذين يتوقع لهم المستوى العالي من خلال الاستمرار في التدريب فيه.

