



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
كلية بلاد الرافدين الجامعة
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

المحاضرة الثانية عشر (الشجاعة والجرأة)

أ.م.د/ محمد إبراهيم محمد



الشجاعة والجرأة

- ان التربية على الشجاعة هي هدف من أهداف التربية العامة فالتربية الناجحة تساعد الفرد على التغلب على المصاعب في كل ميادين الحياة ، وهذا يتحقق بدمج الفرد في مواقف حياتية تتطلب الشجاعة والسيطرة على النفس أو أي موقف يتغلب فيها الفرد على حالات التردد والخوف.





مفاهيم عامة تتعلق بالشجاعة

الشجاعة : هي تقليل عمليات الكف (الهدوء) والتغلب على الخوف أو التردد ، إن اتخاذ الموقف الشجاع ينجم عن المعرفة ، والمعرفة تمنح القوة ، والقوة تصنع الشجاعة .

الجرأة والبسالة: هي مصطلحان يعبران عن حالات متقدمة من التغلب على الخوف.

التهور: هي المغالاة في إظهار الشجاعة وقد تؤدي إلى نتائج عكسية مع احتمال نجاح قليل.

أما المغامرة : فهي مرحلة ما فوق الشجاعة وتعتبر نوع من أنواع التحدي المرغوب العقلاني وتسمى المجازفة ويمكن ملاحظتها لدى لاعبي الجمباز أثناء أدائهم حركات ذات صعوبة عالية .

الجرأة والشجاعة في التربية الرياضية

تعد الشجاعة هدفاً من أهداف التربية الرياضية فدرس التربية الرياضية يلعب دوراً أساسياً في هذا المجال فالفعاليات في درس التربية الرياضية كجمباز الموانع والألعاب القتالية والوثب العالي والوثب الطويل في ألعاب القوى والقفز على حصان القفز في الجمباز وغيرها من الحركات التي تخلقها الاجواء الرياضية كلها تساعد في تحقيق هذا الهدف.



الجرأة والشجاعة في التربية الرياضية

وهناك العديد من الحركات في رياضة المستويات العالية التي تتضمن درجات صعوبة عالية ومواقف تتطلب الشجاعة والمواجهة لخصم ومنافس قوي أو مواقف صعبة.





تنمية روح الشجاعة

تعد تنمية روح الشجاعة هي عملية تربوية هدفها تقليل الخوف في المواقع الحياتية المختلفة فعلى مدرس التربية الرياضية أو المدرب الرياضي تهيئة الاجواء المناسبة لدعم السلوك الشجاع وغرس روح الشجاعة عند اللاعبين من خلال ما يأتي:



تنمية روح الشجاعة

- التدرج في تعليم المهارة من السهل الى الصعب لتصعيد متطلبات الشجاعة بالتدرج اثناء التدريب.
- وضع مواقف ذات صعوبة وتحدي أثناء التدريب الرياضي لتنمية روح التحدي وسلوك المخاطرة والجرأة والقدرة على إتخاذ القرار.
- تشجيع الرياضي عند ادائه مهارة تتطلب الشجاعة مما يساعد في تحفيز الرياضي على الانجاز.
- معرفة سلوك الرياضي الخائف او الشجاع والتعامل معه على هذا الاساس وتطوير مهاراتهم.



تتمية روح الشجاعة

- تأثير القدوة في توطيد السلوك الشجاع ويكون المدرب او الزملاء الرياضيين هم القدوة .
- تهيئة الفرصة للتلميذ او الرياضي للشعور بخبرات النجاح.



شُكْرًا لِحَسَنِ إِسْتِمَاعِكُمْ

وَفَقْتِي اللَّهَ وَإِيَّاكُمْ

نَسْأَلُكُمْ صَالِحَ الدَّعَاءِ

د/محمد إبراهيم