مستويات عناصر اللياقة البدنية في لعبتي نط الجبل والسبع جور الشعبية الفلكلورية في فلسطين دراسة تحليلية

د . إدريس محمد صقر جرادات
سنابل الخيرات - الخليل

(A13)

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستويات عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة من خلال ممارسة الألعاب الشعبية الفلكلورية في فلسطين ، وتحديدًا يمكن بلورة مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

السؤال الأول: ما درجة عناصر اللياقة البدنية في اللعبة الشعبية الفلكلورية ؟

السؤال الثاني: ما التطبيقات العملية للألعاب الشعبية؟

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الميداني والتحليلي لعناصر اللياقة البدنية من خلال الألعاب الشعبية وممارستها. وأوصت الدراسة:

1. ضرورة الأخذ بالحسبان عند تخطيط البرامج الرياضية والأنشطة العملية بما يتناسب ومعطيات الواقع.

2. تعزيز العلاقة مع مؤسسات المجتمع المحلي والاستفادة من دورها في عملية التدريب.

3. توفير الجو المريح والمناخ التحفيزي لإحياء الألعاب الشعبية.

4. التركيز على التعلم النشط وتعلم الأنداد والتعلم التعاوني والعمل في مجموعات

واعتماد أسلوب الملاحظة والمشاهدة وتويع أساليب التعليم.

5. إجراء المسابقات في مجال الألعاب الشعبية الفلكلورية.

وفيما يتعلق بالبحوث والدراسات المستقبلية أوصت:

1. إجراء دراسة تحليلية لمعطيات الواقع وحقائقه من خلال أسلوب تحليل النظم مدخلات-عمليات-مخرجات.

2. إجراء دراسات مقارنة للتجربة الفلسطينية مع تجارب الدمج في الدول العربية والأجنبية.