



الرياضة حياة :

يعد الكثيرون الرياضة شكلا من أشكال التمرين التي تمارس أجل صحتك وجودة حياتك أو من أجل التحضير لسباق ، أو إذا كنت تتنافس مع رياضي آخر بشكل فردي أو كجزء من فريق للمتعة أو للفوز بالبطولة، فجميع التمارين الرياضية تبعث السرور الناتج من الركض، واللعب ، والتعرق للوصول الى هدفك بمنافسة الآخرين ، وإبداء كل الاحترام لهم. ونحن نؤمن بقوة أن ممارسة الرياضة ، وحتى القيام بالرياضات البسيطة داخل المدارس والمراكز الرياضية ، في الحدائق أو في الشوارع هو عنصر أساسي لحياة جيدة داخل كل مجتمع : بالتأكيد، فالرياضة تمثل جزءا أساسيا من التنقيف الصحي للشباب، وكذلك وسيلة جيدة على حد سواء لمليء وقت الفراغ للكبار و للحفاظ على المسنين بحالة جيدة. وبهذه الروح، وفي كل يوم من أيام السنة، وأن المواطنين في جميع المدن في العالم من نساء ورجال ومن جميع الأعمار والخلفيات الاجتماعية قادرون على ممارسة الرياضة.

وأنت لا تحتاج الى أجهزة كبيرة أو معقدة لممارسة الرياضة ولا حتى مرافق أو مراكز لممارستها ولكن كل ما تحتاجه هو منظّمون و معلمون من ذوي الخبرة، و استعداد المؤسسات المسؤولة لأخذ دورها ورغبة المشاركين لقبول التحدي مع كل ما ينطوي فيها. يمكن للمدن ويجب عليها أن تصبح مكاناً حيث يمكن للناس أن يمارسوا الرياضة، و يتبادلوا الخبرات من أجل بناء وعي جديد للمواطنين. ينبغي أن لا تكون الرياضة مجرد وسيلة للحصول على القبول أو للحصول على اهتمام وسائل الإعلام. كما إنها ليست طقوس جميلة لضمان المشاركة. بل الرياضة، و ممارسة الرياضة عنصر للنمو الذاتي الذي يجب أن يصاحب حياة الناس، منذ الطفولة وحتى سن الشيخوخة.

الرياضة هي احترام لنفسك و للآخرين ، وتتطوي على تقاسم العواطف والخبرات على حد سواء مع أصدقائك أو مع مختلف الناس، القادمين من بلدك أو من الخارج . الرياضة هي احترام للبيئة التي تحيط بنا: فينبغي حماية الأرض، والهواء و الماء بقدر ما نحترم المعتقدات الدينية ، وبصورة عامة، فإنها تمثل للإنسان فرصة للنمو المدني في مجتمع عانى كثيراً من الحروب . الرياضة هي وسيلة أساسية لكل مجتمع لتأكيد تقاليده وثقافته و مستواه الحضاري..

قد يبدو هذا لكثير من الناس مجرد خطاب بلاغي، من قبل شخصية متخصصة . ولكن التزامنا لسنوات حتى الآن في نشر الوعي الرياضي يظهر رغبتنا الكبيرة في جعل الناس يفهمون أن ممارسة الرياضة تمثل شكلا من أشكال التحرر للجميع . لا ينبغي للرياضة أن تخدم أي غرض آخر ، فالرياضة لها أهمية لا تقل عن أي قضية أو نشاط اجتماعي أو ثقافي آخر. وهذا هو السبب في شعورنا بالألم إزاء قلة الاهتمام الموجه للرياضة في المجتمع العراقي .

أعداد : أ.د. مها محمد صالح
تخصص بايوميكانيك- كرة اليد
كلية التربية الأساسية

MAHAMSALANSARI@YAHOO.com