

الكفاءات المهنية لمدربي الرياضة من أجل التنمية S4D في برامج الرياضة من أجل الصحة¹

الهدف 3 من أهداف التنمية المستدامة (SDGs) يضمن حياة صحية ويعزز الرفاهية للجميع من جميع الأعمار. فيما يتعلق بهذا الهدف من أهداف التنمية المستدامة ، يمكن استخدام الرياضة للترويج لمجموعة متنوعة من المواضيع المتعلقة بالصحة ، بما في ذلك **الأمراض (الغير) المعدية ، الصحة النفسية والاجتماعية ، والطرق العامة لعيش حياة صحية**. الرياضة يمكن أن تحسن اللياقة البدنية والصحة العقلية و التواصل الاجتماعي، ولكنها أيضًا أداة قيمة للتثقيف **الصحي والتوعوي والتعبئة المجتمعية**. نظرًا إلى جاذبية الرياضة ، لا سيما بين الشباب الذين يصعب الوصول إليهم، فإن الأنشطة الرياضية هي وسيلة مثالية للترويج لأهداف التنمية المتعلقة بالصحة.

الكفاءات المهنية لمدرّب الرياضة من أجل التنمية S4D أساسية لضمان أن الأطفال والشباب سوف يطورون الكفاءات في مختلف المجالات. لذلك ، يجب أن يكونوا مدرّبي S4D قادرين على ...

...دعم ، تشجيع ، توعية ، تعليم ، توجيه ، تنشيط ، مساعدة ، تحفيز ، تأهيل ، قيادة ، رفع / بناء / زيادة الوعي ، تعزيز المعرفة ، توفير الفرص للأطفال / الشباب ...

حتى يتمكن الأطفال والشباب من تطوير كفاءات ذاتية واجتماعية ومنهجية / استراتيجية على مستويات **التعرف، التقييم والتصرف**².

يركز هذا الإطار على **الكفاءات المهنية لمدرّبي الرياضة من أجل التنمية S4D**. إذا كنت تريد معرفة الكفاءات الذاتية والاجتماعية والمنهجية / الاستراتيجية المطلوبة على مستوى التدريب ، فقم بإلقاء نظرة على الإطار العام **كفاءات مدرّبي S4D**. يقدم الإطار التالي لمحة عامة عن **الكفاءات المهنية اللازمة على مستوى التدريب** لتعزيز وتطوير الكفاءات الذاتية والاجتماعية والمنهجية / الاستراتيجية والرياضية على مستوى المشاركين مع التركيز على **الرياضة من أجل الصحة**. الألوان المختلفة تدل على مستويات مختلفة فيما يتعلق بكفاءات الأطفال والشباب (**التعرف، التقييم والتصرف**). لمزيد من المعلومات ، يرجى إلقاء نظرة على **إطار كفاءات الأطفال والشباب في برامج الرياضة من أجل الصحة**.

يعتبر إطار الكفاءات التالي **مجموعة شاملة** وليس بالضرورة أن يحتفظ جميع المديرين بجميع الكفاءات ، و علينا التذكّر بأن لا يمكن تطوير جميع الكفاءات على مستوى الأطفال والشباب. لكل جلسة تدريب S4D يتم تقديمها ، يجب على المدرّب أن يختار الكفاءات التي يود التركيز عليها. ومع ذلك ، يعد إطار العمل هذا دليلًا مفيدًا للكفاءات المهنية للمدرّبين الذين ينفذون جلسات تدريب الرياضة من أجل التنمية S4D مع التركيز على الهدف 3 من أهداف التنمية المستدامة.

¹ الرجاء إلقاء نظرة على "**مجموعة أدوات و موارد S4D**"، إذا كنت تريد معرفة المزيد عن الرياضة وهدف التنمية المستدامة 3.
² تقرر استخدام هذا النموذج (لتعرف، التقييم والتصرف) الذي تم تطويره في سياق "التعلم العالمي" (BMZ & KMK، 2016) ، لأنه يناسب المجال المواضيعي للرياضة من أجل التنمية (S4D) بشكل أفضل. تشمل نماذج مماثلة الخطوات "معرفة - موقف - سلوك" أو "توصيل - تحسين - تحويل" (انظر إلى [Commonwealth, 2019](#)، ص. 42).

الكفاءات المهنية لمدربي S4D في الرياضة لبرامج الصحة ³	
<p>الثقة بالنفس والثقة</p> <p>... دعم المشاركين للتعرف على القدرة على تطوير تصور واقعي للذات فيما يتعلق بأجسامهم ولياقتهم البدنية وصحتهم الجنسية والإنجابية.</p> <p>... تعزيز إعتقاد المشاركين على قوتهم وقدراتهم وغريزتهم فيما يتعلق بصحتهم (خاصة الصحة الجنسية والإنجابية).</p> <p>... تشجيع المشاركين على الوثوق بالآخرين ، مثل زملائهم في الفريق والزملاء والمشرفين في العمل.</p>	<p>الكفاءات الذاتية للأطفال والشباب:</p> <p>المدربون قادرين على ...</p>
<p>التحفيز</p> <p>... زيادة تحفيز المشاركين للتعلم عن مختلف أنواع المواقف تجاه النشاط البدني.</p> <p>... حث المشاركين على الإدراك بأن أنشطة الفريق يمكن أن تدعمهم ليكونوا نشيطين بدنياً.</p> <p>... دعم المشاركين للتعامل مع مشاعرهم ورغباتهم التي يختبرونها في الرياضة والحياة اليومية.</p>	
<p>المسؤولية</p> <p>... تعزيز معرفة المشاركين بأهمية العمل المستمر والمنضبط ليكونوا بصحة جيدة.</p> <p>... توعية المشاركين لفهم أنهم مسؤولون عن رفايتهم.</p> <p>... إلهام المشاركين لدعم صحة ورفاهية الأفراد في دائرة معارفهم الداخلية (مثل العائلة والأصدقاء).</p>	
<p>القدرة على النقد ، القدرة على إدارة النزاعات</p> <p>... تشجيع المشاركين على تعلم كيفية تصحيح السلوكيات السلبية عن طريق إجراء تغييرات إيجابية.</p> <p>... زيادة وعي المشاركين للتفكير في الآراء الواردة والمعلومات التي يتلقونها المتعلقة بصحتهم.</p> <p>... تعليم المشاركين كيفية إدارة النقد البناء بشأن القضايا المتعلقة بالصحة بطريقة مناسبة.</p>	
<p>المرونة النفسية</p> <p>... زيادة معرفة المشاركين حول كيفية استخدام الرياضة كأداة للتعافي/للتكيف في وبعد المواقف الصعبة.</p> <p>... تحسين فهم المشاركين لفوائد المشاركة في الرياضة والأنشطة البدنية على الصحة العقلية والنفسية.</p> <p>... دعم المشاركين في اتخاذ خيارات صحية باستمرار على الرغم من التأثيرات السلبية في حياتهم.</p>	
<p>التوجيه نحو الهدف</p> <p>... توجيه المشاركين للتعرف على سلوكياتهم الشخصية غير الصحية وإجراء التعديلات اللازمة لرفاهيتهم.</p> <p>... حث المشاركين على تطوير التزام شخصي لتعزيز الصحة والرفاهية لأنفسهم وأسرهم والآخرين حولهم.</p>	

³ تم جمع الكفاءات التالية المدرجة لدينا من مواد التدريس والتعلم المصممة في بلدان مختلفة. بالإضافة إلى ذلك ، تم اقتباس أجزاء من الجدول أو تعديلها من المستندات والمواقع التالية: [Sport for Development and Peace](#); [and the 2030 Agenda for Sustainable Development \(Commonwealth Secretariat, 2015\)](#); [Enhancing the Contribution of Sport to the Sustainable Development Goals \(Commonwealth Secretariat, 2017\)](#); [Sport and the sustainable development goals. An overview outlining the contribution of sport to the SDGs \(UNOSDP\)](#); [Education for Sustainable Development Goals, Learning Objectives \(UNESCO, 2017\)](#).

... مساعدة المشاركين لوضع أهدافاً واضحة تتعلق بالسلوك الصحي.	
<p>القدرة على التكيف</p> <p>... تحفيز المشاركين على التعرف على الأفكار المتعلقة بالبدائل/والخيارات الصحية التي يمكن أن تصبح عادات مستقبلية.</p> <p>... تشجيع المشاركين على التفكير النقدي بالظروف المتغيرة وقدرتهم على التحلي بالمرونة النفسية عند مواجهتها.</p> <p>... إلهام المشاركين لشمل السلوكيات المعززة للصحة في روتينهم اليومي وحياتهم.</p>	
<p>الإبداع</p> <p>... توجيه المشاركين في تحديد معرفتهم وكفاءاتهم وخبراتهم من أجل توليد أفكار جديدة لتجنب السلوك غير الصحي.</p> <p>... دعم المشاركين لتوليد أفكار جديدة متعلقة بالرياضة والسلوك المرتبط بالصحة.</p> <p>... تأهيل المشاركين لتشجيع الآخرين على اتخاذ القرارات والعمل لصالح تعزيز الصحة والرفاهية للجميع.</p>	
<p>تغيير المنظور والتعاطف</p> <p>... زيادة استعداد المشاركين للتعرف على التضامن على الصعيد الفردي والجماعي من أجل رفاهية الآخرين.</p> <p>... عرض فرص للمشاركين للتفكير بكيفية اتخاذ الآخرين القرارات بشأن صحتهم وكيف يمكنهم كأشخاص اتخاذ القرارات من منظورهم الخاص.</p> <p>... تشجيع المشاركين على التفاعل مع الأشخاص الذين يعانون من الأمراض ، والشعور بالتعاطف مع حالتهم ومشاعرهم.</p>	الكفاءات الاجتماعية للأطفال والشباب: المدربون قادرين على ...
<p>الاحترام واللعب النزيه والتسامح</p> <p>... توجيه المشاركين على الاحتياجات الصحية ووجهات نظر وأفعال الآخرين.</p> <p>... حث المشاركين على الإدراك بأن الصحة والرفاهية في الرياضة تستندان على قيم (كالاحترام واللعب النظيف والتسامح) تنطبق على الجميع.</p> <p>... بناء توعية المشاركين للعناية بأجسادهم.</p>	
<p>التضامن</p> <p>... تعليم المشاركين لفهم فوائد العمل العام الموجه نحو النشاط البدني.</p> <p>... تشجيع المشاركين على تطوير عادات رياضية يمكن أن تتيح الفرصة لتوحيد مجتمعهم.</p> <p>... تعزيز موقف المشاركين من الشمولية والدمج والاهتمام بصحة الآخرين.</p>	
<p>التواصل</p> <p>... تحسين قدرة المشاركين على التعرف على محو الأمية البدنية⁴ كنتيجة أساسية للتعليم و كاستراتيجية مهمة لتحسين الصحة العامة من خلال تحقيق أهداف النشاط البدني.</p> <p>... تعليم المشاركين التجادل مع الآخرين لصالح استراتيجيات الوقاية لتعزيز الصحة والرفاه.</p> <p>... تشجيع المشاركين على الاستماع إلى زملائهم في الفريق وزملاء العمل وغيرهم بما في ذلك تفسير لغة الجسد.</p>	
<p>التعاون</p> <p>... تعليم المشاركين كيفية تطوير أهداف واستراتيجيات (مشتركة) لتطبيق الخيارات والأنشطة الصحية.</p>	

⁴ "محو الأمية البدنية هو الدافع والثقة والكفاءة البدنية والمعرفة والفهم للقيمة وتحمل المسؤولية عن المشاركة في الأنشطة البدنية لمدة الحياة"، مايو 2014 ، تم الاسترجاع في 23.10.2017 من

[/http://physicalliteracy.ca/physical-literacy](http://physicalliteracy.ca/physical-literacy)

<p>... تشجيع المشاركين على إعتبار أن الأنشطة البدنية والرياضية هي طرق رائعة لتعلم خصائص العمل الجماعي. ... تحفيز المشاركين للعمل مع الآخرين لتحقيق الأهداف ولإنجازات المتعلقة بالصحة.</p>	
<p>التفكير النقدي ... دعم المشاركين لتحديد الأساس المنطقي وراء الحفاظ على المواقف المؤيدة/الجيدة تجاه الصحة والرياضة. ... تشجيع المشاركين على طرح الأسئلة حول المعايير الإجتماعية والآراء والممارسات المتعلقة بالصحة والرفاه ، بما في ذلك الصحة الجنسية والإنجابية. ... تعزيز قدرة المشاركين على التعامل مع نتائج أفعالهم في مجال الصحة.</p>	<p>الكفاءات المنهجية و الإستراتيجية للأطفال والشباب: المدربون قادرون على ...</p>
<p>صناعة القرار ... تحسين فهم المشاركين لأهمية السلوك الصحي في روتينهم اليومي. ... مساعدة المشاركين على الإدراك بأن ضبط النفس هو عامل حاسم لتنفيذ السلوك الصحي. ... تشجيع المشاركين على التصرف واتخاذ إجراءات بناءً على قرارات مستنيرة فيما يتعلق بالصحة والرفاهية حتى عندما يكونون في مواقف صعبة.</p>	
<p>حل المشاكل ... تعليم المشاركين تحليل المشكلات المتعلقة بالصحة والرفاهية لأنفسهم أو لعائلاتهم أو أقرانهم. ... دعم المشاركين في تطوير الأفكار حول كيفية استخدام الرياضة والنشاط البدني لمعالجة المشاكل الصحية. ... تدريب المشاركين على تطبيق الاستراتيجيات التي تعزز الصحة والرفاهية لأنفسهم وأسرتهم والآخرين.</p>	
<p>.. تدريب ودعم تطوير المهارات الحركية العامة حسب عمر المشاركين (السرعة ، قدرة التحمل ، القوة ، التنسيق الحركي ، المرونة). ... تدريب ودعم تطوير المهارات التقنية الأساسية حسب عمر المشاركين (الخاصة بالرياضة) ليصبح المشاركون قادرين على ... • ... الجري ، والقفز ، والوثب ، والدريبل ، والتمرير ، والتسديد ، والرمي ، والالتقاط ، إلخ. • ... استخدام أساليب حسية وحركية مختلفة و بطرق مختلفة. ... تدريب ودعم تطوير المهارات التكتيكية الأساسية حسب عمر المشاركين ، بحيث يصبح المشاركون قادرين على ... 0 ... شرح بنية واستراتيجيات اللعبة 0 ... التصرف بطريقة مخططة وموجهة نحو الهدف. بهذه الطريقة ، يتخذ المشاركون اختيارات ذكية باستخدام الوسائل والإمكانيات المتاحة التي يوفرها فرد آخر أو مجموعة أو فريق. 0 ... التعرف على ما الذي يؤدي إلى النجاح في مواقف معينة في اللعبة ("ذكاء في اللعبة"). 0 ... التصرف بإبداع واختيار الحلول المتنوعة ("إبداع في اللعبة"). 0 ... فهم السلوك التواصلي والتعاوني لكل فرد في الفريق</p>	<p>الكفاءات الخاصة بالرياضة للأطفال والشباب⁵: المدربون قادرون على ...</p>

⁵Baur, J., Bös, K., Conzelmann, A. & Singer, R. (2009). *Handbuch motorische Entwicklung*. Schorndorf.