**العروض والمهرجانات الرياضية**

**أنواع العروض الرياضية**

تنقسم العروض الرياضية إلى أنواع متعددة طبقا لنوع وطبيعة الحركات المستخدمة ومن أهم أنواع العروض الرياضية الشائعة كما يلي:

1. عروض التمرينات :

وهي العروض التي تتكون مادتها من حركات وأوضاع التمرينات البدنية المختلفة كالتمرينات الأساسية أو التمرينات الفنية الحديثة ذات المستوي الراقي للأداء الحركي . ويمكن أداء هذا النوع بدون أدوات أو مع استخدام الأدوات أو على الأجهزة الكبيرة. ولا يقتصر الأمر على استخدام الأجهزة المعروفة بل كثير ما تستخدم الأدوات المبتكرة الحديثة.

2. عروض الجمباز:

وهي العروض الرياضية التي تتكون من حركات الجمباز المختلفة سواء الحركات الأرضية أو الحركات على أجهزة الجمباز.

**. عروض الرقص :**

هي العروض التي تتكون من الحركات التعبيرية والحركات الشعبية .

4. عروض الألعاب الرياضية:

وهي العروض التي تتكون من الحركات الأساسية في مختلف الألعاب الرياضية كعروض الكرة الطائرة أو كرة السلة أو كرة اليد.

5. العروض المائية :

هي العروض التي تؤدى في الماء كعروض البالية المائي .

6. عروض الرقص الهوائي (Aerobic Dance) :

وهو مجموعة من التمارين المنوعة تؤدى على الإيقاع الموسيقي والتي تحتوي على أنواع من تمارين المرونة والإطالة وتمارين الجمناستك وحركات الرقص من تمارين الهرولة والقفز في المكان .

**مستويات العروض الرياضية :**

1- العروض الرياضية على مستوى المدرسة :

هي عبارة عن عروض رياضية تقوم بها كل مدرسة على حدة تهدف إلى أيقاظ الوعي الرياضي بين أفرادها واجتذابهم نحو ممارسة الرياضة .وغالبا ما تؤدى من عدد قليل من الأفراد كما أن إمكانياتها وخبرات المشرفين عليها محدودة.

 2- العروض الرياضية على مستوى الولاية أو المدينة :

من أمثلتها العروض التي تؤدي بواسطة مجموعة كبيرة نسبيا من تلاميذ وتلميذات المراحل التعليمية المختلفة بالمدينة ، وقد تكون في مناسبات معينة خاصة بالمدينة.

 3- العروض الرياضية على المستوى القومي :

 هي العروض التي تنظمها وتشرف عليها الأجهزة المركزية العليا للدولة وتقام في المناسبات ذات الصبغة الوطنية . وتعتبر هذه العروض أعلى المستويات على الإطلاق نظرا لما يتوافر لها من إمكانيات المادية والبشرية.

**الأعداد الفني للعروض الرياضية**

إن نقطة الانطلاق الأولى التي تحدد عملية الإعداد للعرض الرياضي هي مناسبة العرض وأهدافه، فالعروض الرياضية لا تقام بلا مناسبة وبلا هدف.

وتبدأ عملية التخطيط للعرض الرياضي سواء من الناحية التنظيمية أو من الناحية الفنية عقب التحديد الواضح لمناسبة العرض الرياضي وأهدافه ، ويدخل تحت نطاق عملية التخطيط الفني التصوير العام للعرض الرياضي وتحديد عدد المشتركين وترتيب عروضهم والزمن الذي يستغرقه عرض كل منهم ، وكذلك تحديد نوع العرض الرياضي (عرض تمرينات أو عرض جمباز أو عرض ايروبكس مثلا ) ونزع الأدوات والأجهزة المستخدمة ومواصفاتها .بالإضافة إلى تحديد زمان ومكان العرض الرياضي .

**النواحي الفنية التي يجب مراعاتها عند تصميم العرض**

ومن أهمها ما يلي :-

1. وضع حركات العرض:

يتأسس وضع حركات العرض علي الخبرات السابقة والخبرات المكتسبة من مشاهدة العروض الأخرى المحلية والخارجية، وينبغي أن يراعى في الحركات فائدتها البنائية والتعليمية وقيمتها الفنية وأوضاعها الجمالية وان تتناسب مع النواحي التشريحية والصحية مع أعمار المشتركين وقدراتهم ويمكن استخدام حركات فردية أو زوجية أو جماعية .

2. التكوينات والتشكيلات :

يحتوي كل عرض على تشكيلات متعددة واضحة تساعد على إبراز جمال الأداء وتساعد المتفرجين على تتبع الحركات وفهم فكرتها. ويمكن عمل تشكيلة كبيرة مع أداء تمرينات موحدة ، كما يمكن استخدام تشكيلة ختامية . بالإضافة إلى ذلك يمكن عمل تشكيلات متعددة مع قيام كل تشكيلة بأداء حركات تختلف في طبيعتها عن التشكيلات الأخرى مع ضرورة مراعاة تناسق حركات التشكيلات جميعها بصورة واضحة.

وتستمد أفكار التشكيلات من الأشكال الهندسة المتعددة مثل المثلثات والمربعات والمستطيلات والأقواس والخطوط المستقيمة والمائلة والمنحرفة .

3. الموسيقى المصاحبة للعرض :

إن عملية وضع الموسيقى المصاحبة للعرض من العمليات التي يجب الاهتمام بها وهي عملية تعاونية بين معلمة الموسيقى والقائمات بوضع الحركات والتشكيلات وهناك طرق متعددة يمكن استخدامها لاختيار الموسيقى المناسبة للعرض مثل :

* وضع الحركات أولا ثم وضع الموسيقى المناسبة لها .
* وضع الموسيقى أولا أو اختيار موسيقى جاهزة ووضع الحركات المناسبة .
* وضع الحركات مع الموسيقى معا في نفس الوقت .

وهناك بعض الاعتبارات الهامة التي يجب مراعاتها بالنسبة للموسيقى المصاحبة :

أ- يجب أن تتميز الموسيقى المصاحبة للعرض بقيمتها الفنية العالية. مع ملائمة نوعها وصياغتها بالتقاليد المتبعة.

ب- يجب أن تؤدي الموسيقى المصاحبة للعرض الرياضي وظيفة تربوية مثل الموسيقى الحماسية أو المرتبطة بالأناشيد والأغاني الوطنية التي تدعو لحب الوطن والتضحية من اجله.

ج- يجب أن تتناسب الموسيقى مع المرحلة السنية للمشتركين .

د- يجب أن تكون الموسيقى مع الحركات وحدة واحدة ،وعلى ذلك يراعى مناسبتها لطبيعة الحركات المستخدمة وان تعكس بصورة صادقة نواحي القوة والارتخاء في الحركات وان ينطبق الإيقاع الموسيقي مع الإيقاع الحركي تمام الانطباق .

4. ملابس العرض :

هناك بعض الاعتبارات التي يجب مراعاتها بالنسبة لملابس العرض الرياضي :

* أن تتناسب مع نوع الحركات المستخدمة .
* الألوان الزاهية تضفي على الحركات الجمال والبهجة بعكس الألوان القاتمة ،مع مراعاة عدم المغالاة في استخدام الألوان البراقة حتى لا تؤثر عكسيا .
* ينبغي حسن اختيار المواد التي تصنع منها الملابس وان تتناسب مع العوامل الجوية أثناء العرض .
* مراعاة تناسق الألوان بالنسبة لجميع المشتركين في وقت واحد بالإضافة إلي تناسق هذه الألوان مع أرضية مكان العرض وخلفية العرض .
* مناسبة الملابس لأحجام المشتركين حتى تسمح بأداء الحركات بصورة جيدة .
* يجب أن تتناسب مع وقت أداء العرض .
* يراعى تناسق ألوان الملابس ونوعها مع الأدوات المستخدمة .

**5**. الكلمات المصاحبة للعرض :

يراعى اختيار الكلمات الداخلة في العرض بصورة جيدة بحيث تعبر اصدق تعبير عن نوع حركات العرض ، كما تجذب أنظار المشاهدين إلى الحدث المقبل وان تلقى بصوت واضح .

6. الدخول لبداية العرض :

* وهو بداية ظهور المشتركات أمام المتفرجين ،ويجب أن يتم بمنتهى النظام والدقة وألا يستغرق زمنا طويلا مع مراعاة وصول جميع المشتركين إلى أماكنهم المحددة في وقت واحد. وقد يكون الدخول في صورة مجموعات منفصلة أو كمجموعة واحدة , سواء من الخلف أو الجانبين مع مراعاة النواحي الفنية والجمالية, أو دخول بعض المجموعات بين صفوف المتفرجين كنوع من أنواع الابتكار .

7. بداية العرض :

* يجب الاهتمام بالحركات الأولى لبداية العرض نظرا لأنها نقطة الانطلاق والتي تعمل على جذب انتباه الجمهور مع ضرورة التدرج من السهل إلى الصعب .