

ARABÍSKA  
ARABIC



# تعال وشارك

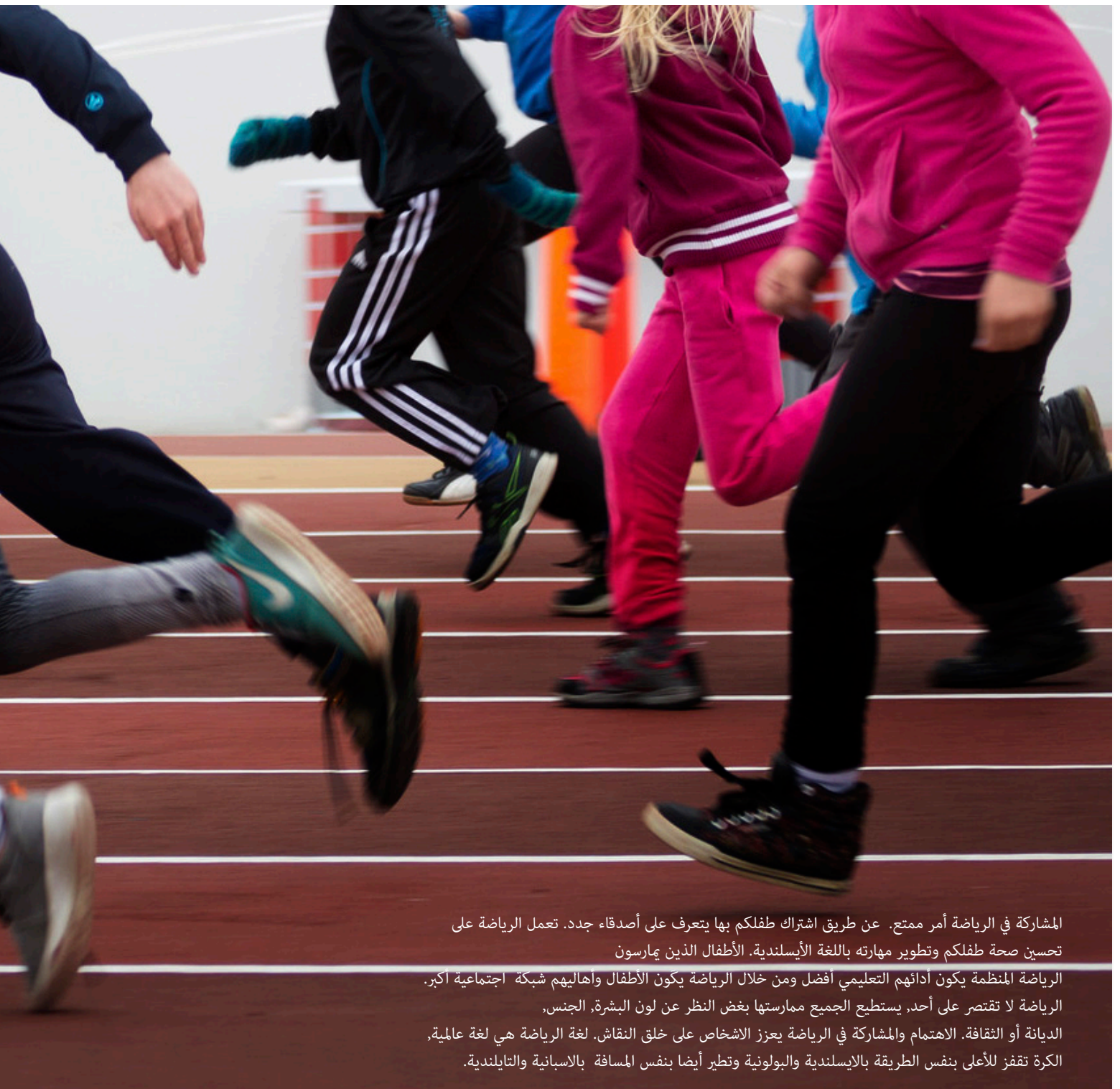
معلومات عن عمل نوادي الرياضة والشباب في البلاد



## المصادر

استناد معلومات من دراسة عن الشباب 2016 UNGT واهداف اتحاد الرياضة والشباب ISI, رياضة الاطفال عام 2015. اشرف على هذه المادة د. فورديس جيسلا دوهرتر.

ايفا دوغ جوزموندسدوهرتر, حاصلة على شهادات عليا في علم الثقافات والاجانب جوزرون بيتوسودوهرتر مديرة مؤسسة ما بين الثقافات الايسلندية وسيما ايرتلا ستردار مديرة منتدى الشباب نوجه لهن جزيل الشكر.



المشاركة في الرياضة أمر ممتع. عن طريق اشتراك طفلكم بها يتعرف على أصدقاء جدد. تعمل الرياضة على تحسين صحة طفلكم وتطوير مهارته باللغة الأيسلندية. الأطفال الذين يمارسون الرياضة المنظمة يكون أداثهم التعليمي أفضل ومن خلال الرياضة يكون الأطفال واهاليهم شبكة اجتماعية أكبر. الرياضة لا تقتصر على أحد, يستطيع الجميع ممارستها بغض النظر عن لون البشرة, الجنس, الديانة أو الثقافة. الاهتمام والمشاركة في الرياضة يعزز الأشخاص على خلق النقاش. لغة الرياضة هي لغة عالمية, الكرة تقفز للأعلى بنفس الطريقة بالإسبلندية والبولونية وتطير أيضا بنفس المسافة بالإسبانية والتايلندية.



بحسب الاحصائيات فان الرياضة هي أكثر هواية مفضلة لدى الأطفال اضافة الى ذلك فانه في عمر الثانية عشر يمارس أكثر من 80% من الأطفال الرياضة في النوادي الرياضية. في أيسلندا يوجد حوالي 500 نادي رياضي فعال في جميع البلاد، أنواع وكمية الرياضات تختلف بين النوادي في المدن والقرى الكبرى احتمالية تواجد انواع رياضات اكثر للاطفال للاختيار منها. ولكن في القرى الصغيرة تكون الاختيارات محدودة. اهتمامات الاطفال والشباب مختلفة و-متنوعة- بعض الاطفال يناسبهم العمل ضمن مجموعة وبعض اخر يناسبهم أكثر العمل الفردي ولذلك من الضروري اعطاء الاطفال الفرصة لتجربة الرياضات المختلفة لكي يستطيعو اختيار الرياضة المفضلة لديه، معظم النوادي تسمح للاطفال لحضور تدريبات لفترة زمنية معينة لتمكنهم من اختيار الرياضة المناسبة لهم.

## الرياضة المنظمة

بممارسة الرياضة بالتساوي وتقييم ادائهم وليس بسبب اصولهم، وضعهم الاجتماعي، لون بشرتهم او جنسهم. المقصود في الرياضة المنظمة هو ممارسة الرياضة ضمن نادي رياضي حيث يتدرب الاطفال والشباب تحت اشراف مدرب، تتنافس الاندية الرياضية على تقديم تدريبا وممتع ولذلك يتطلب على المدربين ان تكون لديهم خبرة عالية على تعليم المشتركين بمستوى عالي والسماح لهم بالمشاركة بحسب رغبتهم. في اغلب الاوقات تكون النوادي الرياضية بمثابة منزل اخر للاطفال والشباب لذا ننصح الاهالي بالفحص والتعرف على مستوى التعليم وخبرة المدربين العاملين في هذه الاندية الرياضية، وبالارجح ان يشمل النادي مدربين اناث وذكور على حد سواء في مختلف المجالات الرياضية.

الابحاث تظهر ان ممارسة الرياضة المنظمة تؤثر ايجابيا على شعور وتصرف الاطفال والشباب وتساعدهم على تفريغ الطاقات مما يقلل لجوءهم لاستخدام التبغ والكحول او اي مواد مضره اخرى. ومن الارجح ان يكونو بصحة بدنية ونفسية واجتماعية افضل من الذين لا يمارسون الرياضة المنظمة.

تؤثر ايجابيا على بناء الشخصية ونضوج الشخص وبلاضافة تعلمهم الاخلاق والامانة والاحترام والعمل المشترك وايضا الالتزام بالمشاركة. بلاضافة لذلك تعملهم تقبل الفوز والخسارة وان يضعو هدف لهم وان يظهروا التفاهم والمشاركة. العمل ضمن مجموعة يعزز احترام رأي الاخرين واتباع التعليمات وايضا تنمي حب الانتماء للمجموعة والتسامح والعدل. وبذلك تكون الرياضة عامل ضروري لمشاركة الاجانب في المجتمع.

## رسوم التدريب ودعم النشاط اللامنهجي

ضية رسوم التدريب للرياضة المنظمة، الرسوم مختلفة بين النوادي واعمار المشاركين وعددهم وفترة التدريب الاسبوعي مختلفة. اسعار التدريب موجودة على صفحات النوادي الرياضية المختلفة.

بالامكان تقديم طلب للدعم الرياضي والنشاط اللامنهجي للاطفال والشباب لدى معظم المجالس المحلية في البلاد. يستطيع اولياء الامور استخدام الدعم للنشاطات الرياضية والترفيهية لاطفالهم بشرط ان يكون النشاط لفترة لا تقل عن عشرة اسابيع. يختلف حجم الدعم بين المجالس المحلية وايضا حسب اعمار الاطفال. يمكن الحصول على معلومات مفصلة عن الدعم لدى مكاتب المجالس المحلية وايضا على صفحاتهم الالكترونية وكثيرا ما تكون بعدة لغات.

## الملابس

ملابس خفيفة مثل بنطال قصير، بنطال رياضي وقميص تقوم بالحاجة بالعادة في معظم الرياضات في التدريبات الخارجية يجب ان يلبس المشاركون بحسب الحالة الجوية، ملابس المباريات تكون مميزة بالعادة ويجب الحصول عليها عند المباراة. النوادي الرياضية تبغكم بالتفاصيل في حينه ا تختلف الحاجة الى حذاء رياضي ام لا بحسب نوع الرياضات واعمار الاطفال والشباب.

## مشاركة الاهالي

بامكان الاهالي واولياء الامور المشاركة المتنوعة في الاعمال الرياضية والترفيهية. اغلب الاحيان تكون المشاركة تطوعية ويقدمها الاشخاص بارادتهم الخاصة وبلا مقابل نادي. مثل هذه الاعمال هي تقديم وجمع الدعم المادي والجلوس في مجلس اداري او لجنة، الاشراف والرعاية في نشاطات واعمال اخرى ضمن عمل النادي الرياضي. من اهداف مشاركة الاشخاص من خلال العمل التطوعي هو التعرف على اهالي الاخرين والتعرف على المدربين في النادي وبذلك يغذي حاجاته الاجتماعية ويساهم بتحقيق اهداف النادي. وايضا تكون للمشاركة فرصة تعلم قوانين اللعبة وكيفية عمل النادي وادارته. مشاركة الاهل ودعمهم مهمة جدا للاطفال والشباب ويزيد من احتمالية استمراريتهم بممارسة الرياضة.



## اسئلة دراجه

كيف تمكن من اشراك طفلي في الرياضة؟

الاتصال بمدرّب النادي او الادارة. بالغالب وجود بريد الكتروني او رقم هاتف على الموقع الالكتروني للنادي وفي كثير من الاوقات يكون لدى الموظفين في النوادي الرياضيّه معلومات عن اسم ورقم هاتف المدرب.

هل يتوجب علي بكوني ام ان اتواجد دائما اثناء التدريب؟

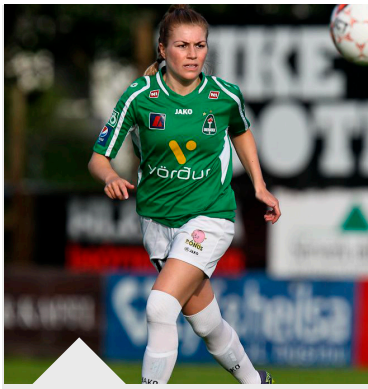
يتوقف على نوعية الرياضة واعمار المشاركين بها ان يتواجد اولياء الامور اثناء التدريب ام لا.

ماذا ان كان طفلي لا يتكلم الايسلندية؟

لغة الرياضة هي لغة عالمية، بامكان الاطفال والشباب ممارسة الرياضة حتى لو لم يتكلموا الايسلندية.

هل هنالك رسوم اشترك اذا حضر ابني لهدف التجربة؟

في كثير من الاحيان يسمح للاطفال والشباب الحضور والمشاركة التجريبية بالمجان، من الافضل الاتصال بالنادي وتلقي المعلومات المفصلة.



فيولا شالا - كوسوفو البانيا  
كرة القدم - بريذابليك  
الرياضة كونت شخصيتي. لقد ساعدتني  
الامشي في الطريق الصحيح في حياتي.  
من خلال الرياضة سافرت لبلاد عديدة  
و تعرفت على أشخاص مذهلة. فريقي  
الرياضي هو كعائلتي.



ماتشين باجينسكي - بولندا  
كرة السلة - نيارذفيك  
عندما بدأت بممارسة الرياضة اصبح علي اسهل  
ان اتعلم اللغة الأيسلندية. تعلمت الكثير  
من الأطفال الذي كت اتدرب معهم.تعرفت  
على كثير من الاشخاص الممتازة و اصبح لدي  
أصدقاء كثر جدد. ساعدتني الرياضة ان اصبح  
جزء من المجتمع في أيسلندا.

# سبت من الرياضة؟

ستيفين توبار فالينسيا - كولومبيا  
مشاركتي في الرياضة حولتني الى شخص  
اصح وساعدتني بتقوية شخصيتي.



ايفانا يوردانوفنا - بلغاريا  
كرة السلة - ه.س.ف  
تعطني كرة السلة هدف في حياتي. انا  
اسعد من قبل، كسبت أصدقاء جدد و  
اعطتني الفرصة لاسافر. وايضا تحسنت في  
دراستي بعد ان بدأت بممارسة الرياضة.





بكير انور ناصر - العراق/فلسطين  
كرة القدم - اي ا  
كرة القدم هي كعالم اخر بالنسبه لي,  
ديانة اخرى. عندما بدأت ان اتدرب كرة  
القدم تمكنت افضل في اللغة الأيسلندية. و  
كسبت ايضا أصدقاء لمدى الحياة. جعلت  
اختلاطي بالمجتمع اسهل. دون كرة القدم  
لما كنت نفس الشخص اليوم.



# ماذا كس ممارسة

ارون هوينه - فيتنام  
كاراتيه - اي ار  
ساعدتني الرياضة ان احقق احلامي. ان  
صعبت الحياة فنستطيع دائما ان نلجأ  
الى الرياضة. هنالك الدعم و الطريق الى  
السعادة



سامار اي زاهيدا - الباكستان  
تايكوندو - ارمان  
سجلني اهلي في دورة تايكوندو عندما كنت  
في التاسعة. و في التدريب الاول عشقت  
هذه الرياضة ولم اتنح عنها ابدا منذ ذلك  
الوقت. عشقت تجارب عديدة من خلال  
الرياضة، تعلمت ان انظم نفسي،سافرت  
لبلاد اخرى،فزت في مباريات صغيرة وكبيرة و  
تعرفت على اناس رائعين



مينيلا كرنك - البوسنة  
كرة القدم - سنايفيتل  
الرياضة اكثر بكثير من ان تكون الذهب  
الى التدريب فقط. بعد ان بدأت ان  
اتدرب كرة القدم اصبح لدي أصدقاء اكثر  
من قبل و اصبح لدي دائما ما استطيع ان  
أفعله. ان امارس الرياضة هو افضل قرار  
اتخذته في حياتي. انصحك بان تجرب.



فوك اوسكارديميتريفيتش - صربيا  
كرة القدم - ليكنير  
لقد تعلمت كثير اشياء جديده من خلال  
الرياضة. الرياضة زادتني قوة و حسنتني  
وكسبت أصدقاء جيدين. اكثر شيء ممتع  
اعمله هو الذهاب لتدريب كرة القدم مع  
زملائي.

Vieni e participa  
**Come Along!**

Przyjdź i dołącz do nas!

Viens et participe.

Hãy đến và cùng tham gia

Ven y participa

Vem e participa

來參加吧。

**Kom og delta**

와서 함께합니다.

Tule mukaan

**Komdu og vertu með**

Ела и бъди с нас

**Dodí i učestvuj**

**Komm und mach mit.**

มาเถอะ มาร่วมกับเรา

Kom en doe mee

Приходите и присоединяйтесь к нам

来て、一緒にしましょう。

**Eja, bashkohu me ne**

Kom og bli med

Halika't sumali at makilahok!

Prisijunk ir tui

Kom och delta

## معلومات اضافية

حركة الرياضة في ايسلندا عبارة عن مؤسستين: اتحاد الرياضة والالعاب الاولمبية ايسلندية من جهة ونادي الشباب ايسلندي من جهة اخرى. يمكنك الحصول على معلومات عن النوادي الرياضية في منطقتك عن طريق التواصل مع مكت اتحاد الرياضة والالعاب الاولمبية ISI هاتف رقم 5144000 او مع مركز خدمات نادي الشباب ايسلندي UMFÍ هاتف رقم 5682929 مواقعهم الالكترونية هي [www.isi.is](http://www.isi.is) و [www.umfi.is](http://www.umfi.is)



VELFERÐARRÁÐUNEYTIÐ



UMFÍ