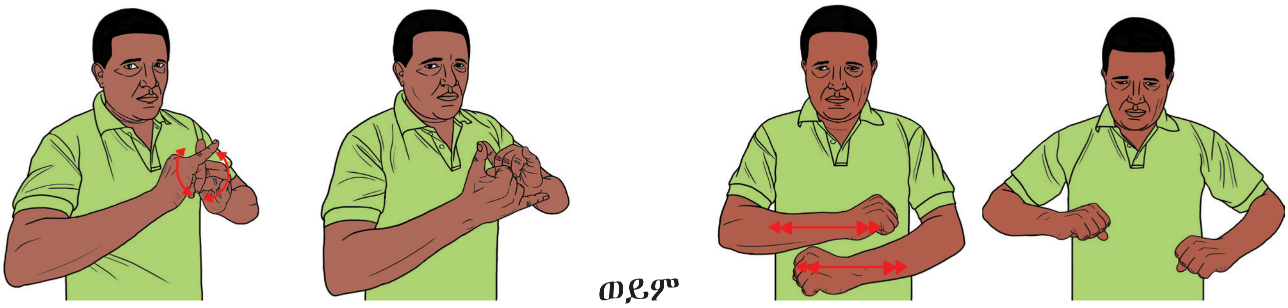
ምዕራፍ አንድ

የስፖርት ምንነት



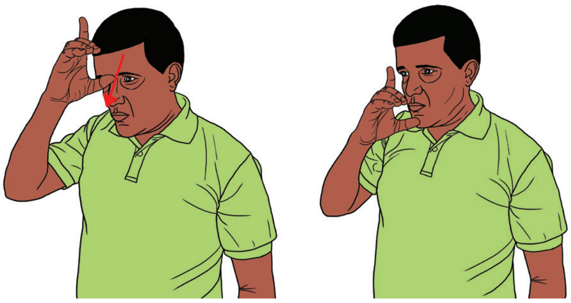
ወይም

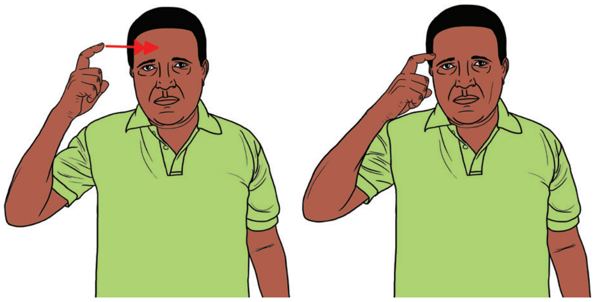
የሚጠበቁ ውጤቶች፡

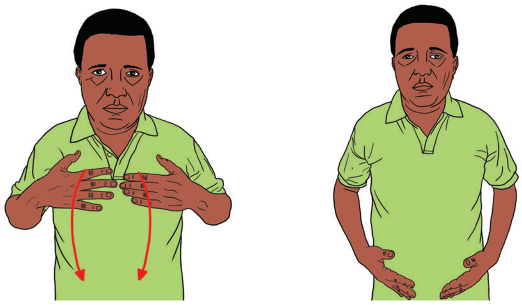
ተማሪዎች ከዚህ ትምህርት በኋላ፤

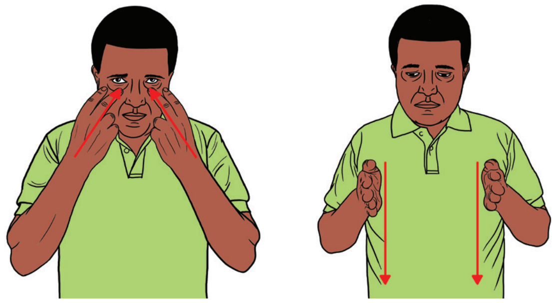
- ስለስፖርት ምንነት፣ ዓይነቶችና አስፈላጊነት በምክንያትና በውጤት አስደግፋችሁ በኢ.ምቋ ታስረዳላችሁ፤
- ከስፖርት ጋር የተያያዙ የኢ.ምቋ ምልክቶችን ከነሥነምልክታዊ ውበታቸው በዕለት-ተዕለት ተግባቦት ውስጥ ትጠቀማላችሁ፤
- ከንባብ ውስጥ ዋናና ዝርዝር ሐሳቦችን ትለያላችሁ፤
- ቁልፍ ምልክቶችን በመጠቀም የራሳችሁን ዐረፍተ ነገሮች ትመሠርታላችሁ፤
- የኢ.ምቋ ጥንድ ምልክቶች በዕለት-ተዕለት ተግባት ውስጥ መጠቀም ትጀምራላችሁ፤
- የኢ.ምቋ ምልክቶችን የሥነምልክት ባሕርያትን መሠረት በማድረግ ትተነትናላችሁ::

ቁልፍ ምልክቶች

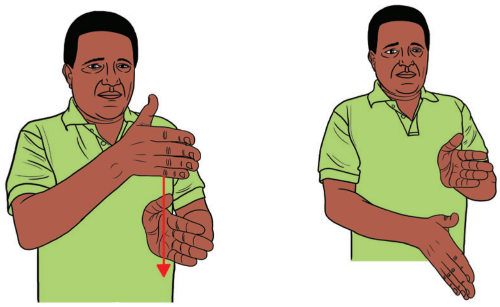

ክህሎት

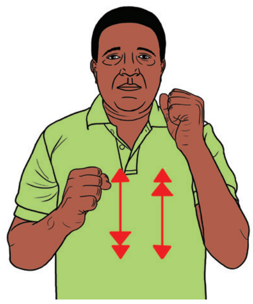

አእምሮ

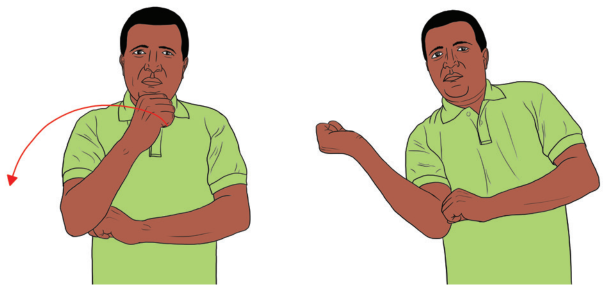

አካል

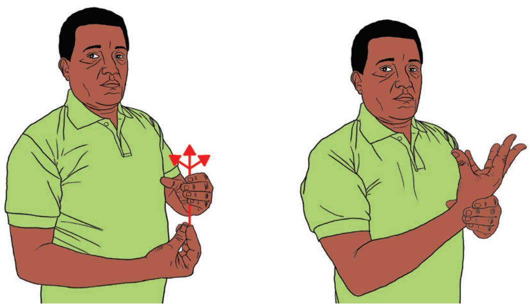

ተመልካች

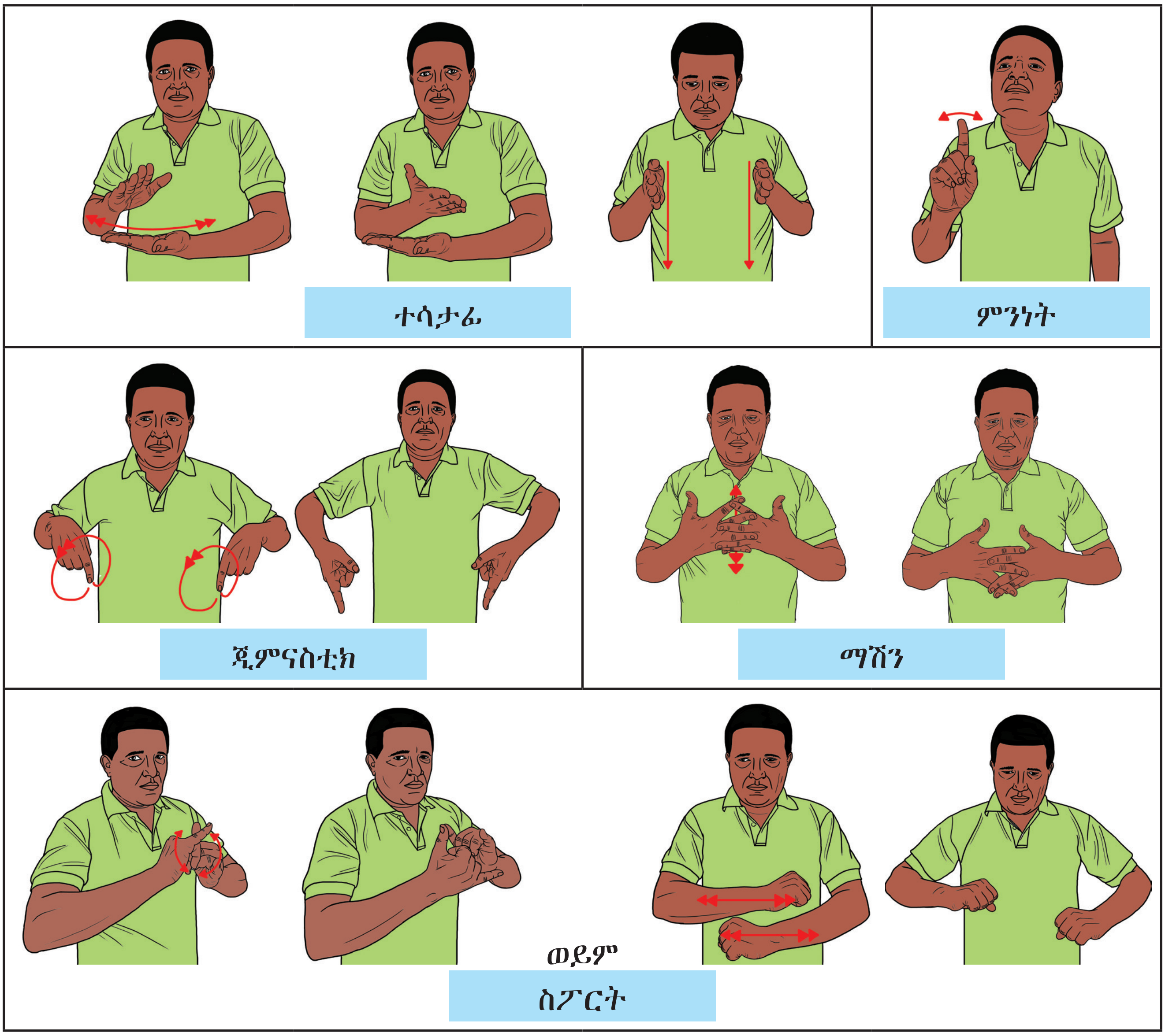
መደበኛ


መከናወን


ግጥሚያ


ተሸናፊ


ማዳበር



ክፍለ ትምህርት አንድ

እይታዊ ንባብ

1. የሚከተለውን ሥዕል በጥንቃቄ ተመልክታችሁ ምን እንደተረዳችሁ አስረዱ።
2. በሥዕሉ ውስጥ የሚታዩትን የስፖርት ዓይነቶች ጥቀሱ።
3. በሥዕሉ ከሚታዩት የስፖርት ዓይነቶች የምትወዱት የትኛውን ነው? ለምን?

ክፍለ ትምህርት ሁለት

ንባብ

ቅድመ ንባብ ጥያቄዎች

1. በጣም የምትወዱት የስፖርት ዓይነት ምንድነው?
2. በአካባቢያችሁ የሚዘወተሩ የስፖር ዓይነቶችን ዘርዝሩ፤
3. በትምህረት ቤታችሁ ውስጥ የስፖርት ትምህርት እንደ አንድ የትምህርት ዓይነት ይሰጣል። ለምን ይመስላችኋል?

መምህራችሁ የስፖርት ምንነት የሚለውን ንባብ ሲያነቡ፣ ሐሳቡን ለመረዳት ከመሞከር ጎን-ለጎን የምልክት አጠቃቀማቸውን በጥንቃቀቄ ተመልከቱ።

የስፖርት ምንነትና ጠቀሜታዎቹ

ስፖርት፣ የውድድር መንፈስ የሚታይባቸው፣ በክሂሎትና ብቃት ላይ እንጂ በዕድል ላይ ያልተመሠረቱ ማናቸውም አካላዊና አእምሯዊ እንቅስቃሴዎችን ወይም የተለያዩ ስፖርታዊ ጨዋታዎችን ያጠቃልላል። ስፖርት ዘረፈ ብዙ ቃል ሲሆን፣ አካላዊ ብቃትንና ክሂሎትን ለመጠበቅ ወይም ለማዳበር ተብሎ አልፎ አልፎ ወይም በመደበኛ ሁኔታ የሚካሄዱ እንቅስቃሴዎችን በሙሉ ያካትታል።

ስፖርት በውስጡ ብዙ ንዑስ ክፍሎች አሉት። ስፖርት እንደ ስፖርተኛው ፍላጎት፣ ስፖርቱ እንደሚጠይቀው ቅድመ ሁኔታና ስፖርተኛው በስፖርቱ ላይ እንደሚገለገልባቸው የተለያዩ ቁሳቁሶች በአራት ዋና-ዋና ክፍሎች ይከፈላል። አንደኛው፣ አካላዊ እንቅስቃሴን የሚጠይቁ ስፖርቶችን ይይዛል። እነሱም አትሌቲክስ፣ ራግቢ፣ እግር ኳስ፣ እጅ ኳስ፣ ቅርጫት ኳስ፣ ውኃ ዋና፣ ጂምናስቲክ የመሳሰሉት ናቸው። ሁለተኛው፣ የስፖርት ዓይነት በአእምሮ ሥራ ላይ ብቻ የሚያተኩሩትን ያካትታል:: ቼዝ፣ ዳማ፣ ሰንጠረዥ፣ ወዘተ፣ ዓይነት የቤት ውስጥ ጨዋታዎችን ያጠቃልላል ማለት ነው። ሦስተኛው የስፖርት ዓይነት በተሽከርካሪዎች በመታገዝ የሚደርጉ ስፖርቶችን ማለትም የመኪና፣ የሞተር ሳይክል፣ የብስክሌት፣ የጀልባ፣ የመሳሰሉ ውድድሮች ያካትታል። አራተኛው፣ በእንስሳት በመታገዝ የሚደረጉ ውድድሮችን ያጠቃልል። ለአራተኛው የስፖርት ዓይነት ምሳሌ የሚሆኑት የፈረስ ጉግስና የግመል ግልቢያ ናቸው።

ስፖርት በግለሰብ ሆነ በቡደን ደረጃ ሲተገበር ብዙ ጠቀሜታዎች አሉት። "ስፖርት፣ ስፖርት፤ ስፖርት፤ ለጤንነት፣ ለወዳጅነት፤ ለወንድማማችነት..." እየተባለ የሚዘመረው ለዚህ ነው። በሳይንስ እንደተረጋጠው፣ ስፖርት ለአንድ ሰው አካላዊና ሥነልቦናዊ ጤንነት ያለው አስተዋጽኦ ከፍተኛ ነው። ስፖርት የሚያዘወትሩ ታዳጊዎችና ወጣቶች የተስተካካለና ጤናማ እድገት ከማሳየት በተጨማሪ፣ መልካም ሥነምግባር በማዳበር ይታወቃሉ። ስፖርት የሚያዘወትሩ ጎልማሶችም ስፖርት ከማያዘወትሩ አቻዎቻቸው ጋር ሲነጻጸሩ የተሻለ ጥንካሬና ጤንነት ይታያባቸዋል።

> ስፖርት ሁሉን አቀፍ ልምምድ በመሆኑ፣ ለወዳጅነትና ለወንድማማችነት መጠናከር ያለው አስተዋጽኦ ከፍተኛ ነው። ጾታ፣ ዕድሜ፣ ባህል፣ ሃይማኖት፣ ወዘተ፣ ከማይለዩ ተግባራት አንዱ ስፖርት ነው። ዓይነቶቹ ቢለያዩም፣ ስፖርት በሁሉም ዕድሜ ክልሎች ውስጥ ባሉ ሰዎች፣ ጾታዎች፣ ሀገሮች፣ ባህሎች ወዘተ፣ የሚወደድና የሚዘወተር ተግባር ነው። የአንድን ሀገር ሕዝብ በማስተሳሰር በኩል የሚጫወተው ሚናም በጣም ከፍተኛ ነው።

ስፖርትን ልዩና ተወዳጅ የሚያደርገው የሚያዝናናው አድራጊዎቹን ብቻ ሳይሆን፣ ተመልካቾቹንም ጭምር መሆኑ ነው። ሰዎች በግለሰብና በቡድን ደረጃ የሚወዳደሩበት ዕድል ያመቻቻል። አብዛኛውን ጊዜ የስፖርት ውድድር ወይም ግጥሚያ የሚከናወነው በሁለትና ከዚያ በላይ በሆኑ ቡድኖች መካከል ነው። በተለያዩ የስፖርት ቡድኖች መካከል አንድ አሸናፊ ቡድን ለማግኘት ሲባል የተለያዩ ውድድሮች ይካሄዳሉ። ብዙዎቹ የተቀናጀ አካባቢውና ሀገር አቅፍ የስፖርት

ውድድሮች የሚከናወኑት ወቅትን ጠብቀው በዕቅድ ነው። አንደኛው ቡድን ከሌላኛው የተሻላ ሆኖ ለመውጣት የሚያደርገውን ፉክክር መመልከት አዝናኝ በመሆኑ፣ ወቅትን ጠብቀው የሚከናወኑ ስፖርቶች በመቶዎች የሚቆጠሩ ተሳታፊዎች ያገኛሉ። በሀገራችንም ሆነ በዓለምአቀፍ ደረጃ የስፖርት ተወዳጅነት በከፍተኛ ደረጃ እየጨመረ የመጣ ሲሆን፣ እየተሰጠው ያለው ትኩረትም እየጨመረ ነው።

መልመጃ አንድ

የሚከተሉትን ጥያቄዎች በክፍል ውስጥ በኢምቋ መልሱ።

1. በዚህ ምዕራፍ የመጨረሻ ክፍል ከፍ ሲል ከተነበበላችሁ ንባብ ተወስደው ወደ ኢምቋ የተተረጎሙ ዐረፍተ ነገሮች ቀርበዋል። የኢምቋ ዐረፍተ ነገሮቹን በሚገባ ካጠናችሁ በኋላ፣ ከምንባቡ ውስጥ አንድ ዐረፍተ ነገር ወይም አንድ አንቀጽ ወስዳችሁ በኢምቋ አንብቡ።
2. መጽሐፎቻችሁን ሳትመለከቱ የምንባቡን መልዕክት በአጭሩ በራሳችሁ አቀራረብ በክፍሉ ውስጥ በኢምቋ አቅርቡ።

መልመጃ ሁለት

የሚከተሉትን ከምንባቡ የወጡ ጥያቄዎች ምንባቡን መሠረት በማድረግ በክፍል ውስጥ በኢምቋ መልሱ።

1. ስፖርትን በተለያዩ ዓይነቶች ለመከፋፈል እንደ መስፈርት የምንጠቀመው ምንድነው?
2. አካላዊ እንቅስቃሴ ከሚጠይቁ የስፖርት ዓይነቶች መካከል አምስት ምሳሌዎች ጥቀሱ።
3. የአእምሮ ተሳትፎ ብቻ የሚጠይቁ የስፖርት ዓይነቶች ምን-ምን ናቸው?
4. የፈረስ ጉግስ (ግልቢያ) የየትኛው ስፖርት ዓይነት ነው?
5. "ስፖርት፣ ስፖርት፤ ስፖርት፤ ለጤንነት፣ ለወዳጅነት፤ ለወንድማማችነት..." የሚለው ዜማ ምን መልዕክት ያስተላልፋል?
6. በሳይንስ ከተረጋገጡ የስፖርት ጠቀሜታዎች መካከል አንድ ምሳሌ ጠቀሱ።
7. ስፖርት በተለየ ለታዳጊዎች ጤናማ እድገት ያለውን አስተዋጥኦ አስረዱ።

መልመጃ ሦስት

ዐረፍተ ነገሮች ምሥረታ

የሚከተሉት ቃላት ምልክቶችን ወክለው የተቀመጡ ናቸው። በቃላቱ የተወከሉትን ምልክቶች በመጠቀም የራሳችሁን የሊምቋ ዐረፍተ ነገሮች መሥርቱ።

1. ተሸናፊ
2. ተሳታፊ
3. ጂምናስቲክ
4. ማከናወን
5. ማሸነ

መልመጃ አራት

ዐረፍተ ነገሮችን ማጠናቀቅ

የሚከተሉት ዐረፍተ ነገሮች ከምንባቡ የተወሰዱ ናቸው። መምህራችሁ ዐረፍተ ነገሮቹን በሊምቋ ያቀርቡላችኋል። ናንተም ዐረፍተ ነገሮቹን ሙሉ ለማድረግ የሚያስፈልገውን ምልክት/ምልክቶች በክፍል ውስጥ አሳዩ።

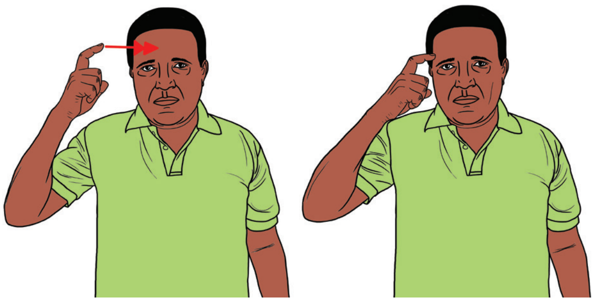
ምሳሌ:- አብዛኛውን ጊዜ የስፖርት ውድድር ወይም ግጥሚያ የሚከናወነው ....ነው።

መልስ: በሁለት ቡድኖች መካከል

1. ስፖርት ተጫዋቾቹን ብቻ ሳይሆን በተለያዩ አጋጣሚዎች ጨዋታውን የሚመለከቱትን .... የሚያዝናና ነው።
2. አንድ ተወዳዳሪ ከሌሎች በርካታ ተወዳዳሪዎች ጋር ፉክክር ያካሂዳል፤ በመጨረሻም.........................ይኖራል።
3. በተለያዩ የስፖርት ቡድኖች መካከል .... ለማግኘት ሲባል በተለያዩ ቦታዎች የተለያዩ ውድድሮች ይካሄዳሉ።
4. ስፖርት አንድ ግለሰብ ከሌላ ግለሰብ ጋር እንዲሁም .... ጋር ፉክክር የሚያከናውኑባቸው ናቸው።
5. ዓመትን ጠብቀው የሚከናወኑ ስፖርቶች ....አሏቸው።

ክፍለ ትምህርት ሦስት
የምልክቶች ትንተና

ቀደም ባሉት ክፍሎች በተማራችሁት መሠረት፣ ዋና-ዋና ምልክቶች ትንተና በክፍል ውስጥ አሳዩ።



ለምሳሌ:- **አእምሮ**

1. የእጅ ቅርጽ፡	የተቆለመመ ጎባጣ 1 ቁጥር የእጅ ቅርጽ
2. የእጅ ቅርጹ የሚያርፍበት ቦታ፡	ጎን ግንባር አካባቢ
3. የመዳፍ አቅጣጫ፡	ወደ ግራ
4. የእጅ እንቅስቃሴ፡	በስተቀኝ ራስን ሁለቴ መንካት
5. በእጅ የማይገለጹ ክፍሎች፡	ነፃ

ክፍለ ትምህርት አራት
አንድዩ ምልክቶች

የኢ.ምቋ የምልክት አሠራረር የራሱ ሥርዓት አለው። በኢ.ምቋ አንድ ትርጉም ያለው ምልክት ለመመሥረት የእጅ ቅርፅ፣ ምልክቱ የሚደረግበት ቦታ፣ የእጅ እንቅስቃሴ፣ የመዳፍ አቅጣጫ፣ የፊት አገላለጽን አንድ ላይ በሥርዓት ማቀናበር ያስፈልጋል።

በኢ.ምቋ አንድዩ ምልክቶች የሚባሉት፣ ከላይ ከተገለጹት አምስት የሥነምልክት ክፍሎች በአንዱ ልዩነት ያላቸውና በሌሎቹ ደግሞ ተመሳሳይ የሆኑ፣ ነገር ግን በአንዱ ልዩነት ምክንያት የትርጉም ልዩነት ያላቸውን፣ ሆኖም ተመሳሳይ የሚመስሉ ምልክቶችን ናቸው። ከዚህ በታች የተዘረዘሩት ምሳሌዎች እንመልከት፡-

የኢምቁ አንድዬ ምልክቶች በእጅ ቅርፅ ልዩነት

ከታች ምልክቶችን ወክለው በምሳሌነት የተቀመጡት የኢምቋ አንድዬ ምልክቶች በእጅ ቅርፅ ልዩነት ሲኖቸው፣ ነገር ግን ምልክቱ በሚደረግበት ቦታ፣ በእጅ እንቅስቃሴና በእጅ መዳፍ አቅጣጫ ይመሳሰላሉ። በአንዱ በመለያየታቸውም የትርጉም ልዩነት አላቸው።

ምሳሌ፡-

- ማዘን - እባክዎ
- መጠበቅ - ትክክል
- መኩራት - ስሜት
- አህያ - ፈረስ
- ማፈር - ነውር
- ላብ - ጥቁር
- ቀልድ - ዓይጥ
- ረጅም (ለሰው) - እድገት

የኢምቁ አንድዬ ምልክቶች ምልክቱ በሚደረግበት ቦታ ልዩነት

ከታች የተቀመጡት የኢምቋ አንድዬ ምልክቶች ምልክቱ በሚደረግበት ቦታ ልዩነት ሲኖራቸው፣ ነገር ግን በእጅ ቅርፅ፣ የመዳፍ አቅጣጫና የእጅ እንቅስቃሴ አቅጠጫ ሥርዓት ተመሳሳይ ናቸው። ከዚህም የተነሳ የትርጉም ልዩነት አላቸው።

ምሳሌ፡-

- አባት - እናት
- ወንድ - ሴት
- ዶክተር - ዳይሬክተር
- በጋ - ደረቅ
- መሰልቸት - መራራ

የኢምቁ አንድዬ ምልክቶች በእጅ እንቅስቃሴ አቅጣጫ ልዩነት

ከታች የተቀመጡት የኢምቋ አንድዬ ምልክቶችበእጅ እንቅስቃሴ አቅጣጫ ልዩነት ሲኖራቸው ነበር ግን በእጅ ቅርፅ፣ የመዳፍ አቅጣጫና ምልክቱ የሚደረግበት ቦታ ሥርዓት ተመሳሳይ ናቸው። የትርጉም ልዩነታቸው በዚህ አማካይነት ይፈጠራል።

ስምሳሌ፡-

- መብለጥ - ማነስ
- ሄደ - መጣ
- እኩል - የተመጣጠነ
- ተመሳሳይ - መስማማት
- ነው - እውነት
- ላይ - ታች
- ፌድሬሽን - ድንኳን

የኢምቋ አንድዩ ምልክቶች በእጅ መዳፍ አቅጣጫ ልዩነት

ከታች የተቀመጡት የኢምቋ አንድዩ ምልክቶች በእጅ መዳፍ አቅጣጫ የተለያዩ ሲሆን ነገር ግን በእጅ ቅርፅ፣ በእጅ እንቅስቃሴና ምልክቱ በሚደረግበት ቦታ ተመሳሳይ ናቸው። የትርጉም ልዩነትም አላቸው።

ምሳሌ፡-

- አጭር - ባቡር
- መለመን - መዳሰስ
- ዱቄት - ሽሮ
- የኔ - ያንተ

መልመጃ አምስት

ከላይ በተሰጠው ምሳሌ መሠረት የሚከተሉት ምልክቶቹ በየትኛው የምልክት ክፍል እንደሚለያዩ ወይም እንደሚመሳሰሉ በተግባር በመደገፍ ለክፍል ጓደኞቻችሁ አሳዩ።

ሀ. መንገድ/ዘዴ

ለ. ነው/እውነት

ሐ. ሥራ/ቡና

መ. መሠረት/ቅርጫት

ሠ. ጫማ/መስበር

ረ. እርሱ/አንተ

መልመጃ ስድስት

ምሳሌውን መሠረት በማድረግ፣ አሥር አንድዬ ምልክቶች መሥርቱና፣ በየትኛው የሥነምልክት ባሕርይ እንደሚለያዩ ለክፍል ጓደኞቻችሁ በኢምቋ አሳዩ።

ክፍለ ትምህርት አምስት

የኢምቋ ሰዋስው ናሙናዎች ልምምድ

ከዚህ በታች የተቀመጡትን ናሙናዎች በጥንቃቄ ከተለማመዳችሁ በኋላ፣ ወደ ምንባቡ በመመለስ በኢምቋ አንብቡ።

ኢምቋ: ስፖርት ትርጉም ሰፊ ውስጥ ምን ምን አለ- ልዩ ልዩ ስፖርት ጨዋታ አካል ፣ አእምሮ እንቅስቃሴ ውድድር መደረግ ስፖርት ያ

አማርኛ: ስፖርት፤ የውድድር መንፈስ የሚታይባቸው፣ በክሂሎትና ብቃት ላይ እንጂ በዕድል ላይ ያልተመሠረቱ ማናቸውንም የተለያዩ አካላዊ እንቅስቃሴዎችንና አእምሯዊ ጨዋታዎችን ያጠቃልላል።

ኢምቋ: ስፖርት ቃል ትርጉም ልዩ ልዩ ውስጥ ማካተት ምን ምን- አካል አቅም ከፍ ማስብ ዓላማ ወይም ችሎታ ማሳደግ ዓላማ ነገ ነገ ስፖርት መሥራት ወይም አልፎ አልፎ ስፖርት መሥራት ሁሉም መጥራት ምን ስፖርት

አማርኛ: ስፖርት ዘረፈ ብዙ ቃል ሲሆን፣ አካላዊ ብቃትንና ክሂሎትን ለመጠበቅ ወይም ለማዳበር ተብሎ አልፎ አልፎ ወይም በመደበኛ ሁኔታ የሚካሄዱ እንቅስቃሴዎችን በሙሉ ያካትታል።

ኢምቋ: ስፖርት ስም ጥቅል መጥራት ሰም- አንድ አይደለም ውስጥ ብዙ ክፍል ክፍል አለ።

አማርኛ: ስፖርት ጥቅል ስም ሲሆን በውስጡ ብዙ ንዑስ ክፍሎች አሉት።

ኢምቋ: ስፖርት ክፍል ክፍል ስንት -አራት መስፈርት ምን- አንድ ሰፖርት መሥራት ሰው ፍላጎት፣ ሁለት ስፖርት ራስ አስፈላጊ በፊት ዝግጅት፣ ሦስት ስፖርት ራስ መጠቀም መሣሪያ -ሦስት መሠረት ስፖርት ክፈል ክፍል አራት

አማርኛ: ስፖርት እንደ ስፖርተኛው ፍላጎት፣ ስፖርቱ እንደሚጠይቀው ቅድመ ሁኔታና ስፖርተኛው በስፖርቱ ላይ እንደሚገለገልባቸው የተለያዩ ቁሳቁሶች በአራት ዋና-ዋና ክፍሎች ይከፈላል።

ኢምቋ: ስፖርት ዓይነት አንድ ምን- አካል እንቅስቃሴ መፈለግ ስፖርት

አማርኛ: አንደኛ አካላዊ እንቅስቃሴን የሚጠይቁ ስፖርቶች ናቸው።