

رياضة مجتمعية مطلوبة

الكاتب



حصّة سيف

بعد كثرة حالات الغرق في الآونة الأخيرة، يبدو أننا أمام أجيال جديدة غير ماهرة في السباحة منذ الصغر، فيما كانت أجيال الماضي يحرص فيها الأب على أن يعلم أبناءه السباحة وهو معهم، ويمضون أغلب أوقاتهم في البحر. تعلم السباحة أمر مهم كون أغلب إماراتنا ومناطق سكنية كثيرة تقع على الساحل، وتتوفر الكثير من السواحل المساعدة على ممارسة السباحة، فضلاً عن توفر الأندية الخاصة والحكومية لذلك الغرض.

وتعمل الجهات المختصة بعد زيادة حالات الغرق على إنشاء أبراج إنقاذ بحري وتعزيز توفر المسعفين على الشواطئ، إلا أننا نحتاج أيضاً إلى مسابح عامة أو شواطئ محددة للسباحة توضع عليها فواصل واضحة إلى قاع البحر لمسافة معينة، تمارس فيها الأنشطة الرياضية منها الأولوية لتعليم السباحة، كما هو الحال في بعض الأندية، وبذلك نكون حفظنا أبنائنا ووجهناهم لتعلم السباحة، وقللنا حالات الغرق المستقبلية، وكذلك تصبح السباحة من الرياضات المجتمعية التي تساهم في رفع اللياقة البدنية لأبنائنا وشبابنا، خاصة لعدم حاجتها للكثير من البنية التحتية والمباني، والأحواض وغيرها.

المطلوب فقط مساحة معينة على الشاطئ تحدد بحواجز، ومدرّبين ومشرفين يمكن أن يكونوا من المتطوعين في هذا المجال، وتوفر لهم المساحات المخصصة لذلك.

عدد كبير سيبادر بالتدريب من المتطوعين، إذا توفرت الفرصة، وفي رأس الخيمة تحديداً يستقبل نادي رأس الخيمة للرياضات البحرية مختلف الأعمار للتدريب على الرياضات البحرية، ودائماً ما يبادر المواطن الكابتن خالد سباع بالتطوع لتدريب الراغبين بالسباحة من مختلف الأعمار، ويستهدف حالياً النادي استقطاب الطلبة المواطنين، وفي حال وصول عدد الراغبين إلى أكثر من 15 طالباً إماراتياً، فهو مستعد لتدريبهم على السباحة وتوزيعهم على مختلف الرياضات البحرية كالتجديف الأولمبي والتزلج البحري، وغيرها من الرياضات البحرية، التي يخصص لها النادي مسابقات دورية على مستوى محلي وإقليمي، والنادي وأنشطته فرصة ليتحول الطلبة الممارسون للرياضات البحرية إلى أبطال بتلك الرياضات مستقبلاً.

إن توفير أهم متطلبات ممارسة الرياضة المجتمعية كالسباحة والمشي وقيادة الدراجات، يرفع اللياقة البدنية لأفراد المجتمع، ويقلل بالتالي من الأمراض، خاصة مع ارتباط السمنة والكسل بالعديد من الأمراض، كذلك، تعزز الرياضة بمختلف أنواعها الصحة النفسية وتقلل من ضغوط العمل اليومية التي يعيشها الكثيرون من أفراد المجتمع.

hissasaif@gmail.com

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024