

JAMHURI YA MUUNGANO WA TANZANIA
BARAZA LA MITIHANI
MTIHANI WA UALIMU DARAJA LA A

652

ELIMU KWA MICHEZO

Muda: Saa 3.

MAJIBU

Mwaka : 2004

MAELEKEZO.

1. Karatasi hii ina sehemu **A, B** na **C**.
2. Jibu maswali **yote** katika sehemu **A** na maswali **mawili (2)** kutoka kila sehemu **B** and **C**.
3. Sehemu **A** ina alama **arobaini (40)** na sehemu **B** na **C** zina alama **thelathini (30)** kila moja.
4. Vikokotozi **haviruhusiwi** katika chumba cha mtihani.
5. Andika **namba yako ya mtihani** katika kila ukurasa wa kijitabu chako cha kujibia.

maktaba.tetea.org



1. Je, falsafa ya michezo ni nini? Taja malengo makuu manne ya falsafa hii.

Falsafa ya michezo ni mtazamo wa kimaadili, kielimu na kijamii unaoongoza namna michezo inavyofanyika na kusimamiwa ili kuleta maendeleo ya binadamu kwa ujumla. Malengo yake ya kwanza ni kukuza afya na ustawi wa mwili, ambapo michezo hutumika kama njia ya kujenga mwili imara, kuongeza uwezo wa viungo na kuimarisha afya ya akili.

Lengo la pili ni kuendeleza nidhamu na maadili, kwa kuwa michezo hufundisha kufuata sheria, kuheshimu waamuzi, wachezaji wenzako na hata wapinzani.

Lengo la tatu ni kuimarisha mshikamano wa kijamii, ambapo michezo hutumika kama nyenzo ya watu kutoka makabila, dini na tabaka mbalimbali kuungana na kushirikiana.

Lengo la nne ni kuchochea ushindani wa haki na maendeleo ya vipaji, kwa sababu michezo hutoa nafasi ya kugundua uwezo wa kipekee wa mtu na kuendeleza kipaji hicho kwa manufaa ya mtu binafsi na jamii.

2. Je, nidhamu katika michezo ni muhimu kwa nini kwenye shule za sekondari? Eleza kwa undani.

Nidhamu katika michezo husaidia wanafunzi kufuata sheria na taratibu za mashindano bila upendeleo, jambo linalojenga heshima na usawa uwanjani.

Nidhamu pia huwafundisha wanafunzi tabia ya kujitawala, kwa kuwa wanajua ni lazima wafanye mazoezi kwa wakati, wafuate maelekezo ya mwalimu na kushiriki ipasavyo bila uvivu.

Aidha, nidhamu huimarisha uhusiano mzuri kati ya walimu na wanafunzi kwani hufundisha kusikiliza, kutii na kujali hisia za wengine.

Nidhamu pia huwasaidia wanafunzi kutambua kwamba ushindi au kushindwa ni sehemu ya mchezo, hivyo kujifunza kustahimili changamoto na kuendeleza bidii hata baada ya kushindwa.

3. Taja michezo minne ya jadi Tanzania (mfano: bao, rede, kuvuta kamba, kurusha chenga), na chunguza mchango wake mmoja kwa kijamii kwa kila mchezo.

Bao ni mchezo wa jadi unaochezwa kwa mbao na kete, unaosaidia kukuza fikra za kimkakati na umakini miongoni mwa wachezaji.

Rede ni mchezo wa kuruka kamba, unaosaidia watoto kushirikiana kwa pamoja na kukuza mshikamano wa kijamii.

Kuvuta kamba hujenga mshikamano na mshikamo wa kikundi kwa sababu timu lazima ifanye kazi kwa pamoja kwa nguvu na mbinu za pamoja.

Kurusha chenga ni mchezo wa utimamu wa mwili, unaosaidia kuongeza ustadi wa kuratibu macho na miguu na kuwafanya watoto kushirikiana kwa furaha na afya.

4. Toa hatua nne za msingi za kufanya penalti kwenye mpira wa miguu, na eleza kwa nini kila hatua ni muhimu.

Hatua ya kwanza ni kujiweka vizuri mbele ya mpira kwa umbali sahihi, jambo linalomwezesha mchezaji kupata nguvu ya kutosha na mwelekeo bora wa kupiga mpira.

Hatua ya pili ni kuchagua upande atakapopiga kwa kuzingatia nafasi ya kipa, hatua hii huzuia kubahatisha na kuongeza uwezekano wa kufunga.

Hatua ya tatu ni kuendesha mwili vizuri kabla ya kupiga, ambapo mchezaji hupata uwiano na usawa wa nguvu na hivyo kuzuia makosa kama kuteleza au kupiga vibaya.

Hatua ya nne ni kupiga mpira kwa shuti la kujiamini na nguvu zinazokubalika, kwa sababu mpira unaopigwa kwa hofu au bila mpangilio huongeza nafasi ya kukamatwa na kipa.

5. Taja sheria nne za msingi za mchezo wa netiboli, na fafania umuhimu wa kila moja.

Sheria ya kwanza ni kila mchezaji kukaa ndani ya nafasi yake iliyopangwa (position), hii ni muhimu ili kudumisha nidhamu ya mchezo na kuhakikisha kila mmoja anatimiza jukumu lake.

Sheria ya pili ni kutoshikilia mpira kwa zaidi ya sekunde tatu, jambo linaloweza kasi ya mchezo na kuzuia ucheleweshaji.

Sheria ya tatu ni kutoruhusu mchezaji kusogea na mpira (kama kukimbia), hii inahakikisha kwamba mchezo unafanyika kwa usawa bila upendeleo wa mwendo.

Sheria ya nne ni kuacha umbali wa angalau mita moja wakati wa kuzuia pasi, ambayo inalinda usalama wa wachezaji na kuzuia madhara ya kimwili.

6. Changanua faida nne za kutumia teknolojia ya mawasiliano katika michezo shuleni.

Teknolojia ya mawasiliano huwezesha matangazo ya moja kwa moja kwa wazazi na jamii, jambo linaloongeza hamasa na mshikamano wa kijamii.

Husaidia walimu wa michezo na wachezaji kuwasiliana haraka kwa njia za simu na mitandao ya kijamii, hivyo kurahisisha kupanga ratiba na mazoezi.

Teknolojia ya kisasa kama video hutoa nafasi ya kurekodi mechi na kufanya uchambuzi wa makosa na mbinu bora, jambo linalosaidia maendeleo ya ujuzi.

Aidha, husaidia kutafuta udhamini kupitia mitandao kwa kuwa michezo inatangazwa na wadhamini kuvutiwa kushirikiana na shule.

7. Eleza hatua nne muhimu za kutoa huduma ya kwanza kwa mchezaji aliyeumia uwanjani, na kwa nini kila hatua inahitajika haraka.

Hatua ya kwanza ni kumweka mchezaji katika hali salama kwa kuondoa vitu vinavyoweza kuongeza jeraha, hatua hii hulinda maisha yake mara moja.

Hatua ya pili ni kuangalia pumzi na mapigo ya moyo ili kubaini kama mchezaji yuko katika hali ya dharura inayohitaji msaada wa haraka.

Hatua ya tatu ni kutumia vifaa vya huduma ya kwanza kama bandeji au barafu ili kupunguza maumivu na kuzuia jeraha kuendelea.

Hatua ya nne ni kumpeleka mchezaji hospitali au kumuita daktari kwa matibabu ya kitaalamu, hatua hii ni ya mwisho na muhimu kwa usalama wa kiafya.

8. Toa faida nne za kuanzisha vilabu vya michezo shule, na toa mfano wa kila faida.

Vilabu vya michezo huongeza ushiriki wa wanafunzi kwa kutoa nafasi ya mafunzo ya mara kwa mara. Kwa mfano, klabu ya mpira wa miguu huwasaidia wanafunzi kushiriki ligi za wilaya.

Huwajenga wanafunzi kijamii kwani wanajifunza kushirikiana na wenzao. Mfano ni klabu ya mpira wa pete ambapo wasichana hushirikiana bila kujali madarasa yao.

Huvumbua na kukuza vipaji, kwa mfano klabu ya riadha inaweza kumgundua mwanafunzi mwenye uwezo wa kukimbia mita 100 kwa kasi na kumsaidia kukuza kipaji chake.

Hutoa nafasi ya wanafunzi kushindana nje ya shule na kuiletea heshima shule, mfano ni timu ya mpira wa kikapu kushinda mashindano ya mkoa.

9. Taja njia nne za mawasiliano kati ya kocha na wachezaji wakati wa mchezo, na toa faida ya kila njia.

Njia ya kwanza ni mawasiliano ya sauti (kelele au amri), hii ni haraka na inafika kwa wachezaji wote uwanjani mara moja.

Njia ya pili ni ishara za mikono, ambayo husaidia kuwasiliana hata kwenye kelele kubwa ambapo sauti haiwezi kusikika vizuri.

Njia ya tatu ni kutumia vibao au karatasi zilizoandikwa maagizo, hii huongeza usahihi wa taarifa na kuondoa mkanganyiko.

Njia ya nne ni kutumia teknolojia kama redio za masikioni, ambayo hurahisisha mawasiliano ya moja kwa moja kati ya kocha na mchezaji maalum.

10. Taja mambo manne muhimu yanayopaswa kuzingatiwa kabla ya kuanzisha mashindano ya michezo wilayani.

Kwanza, ulinzi wa wachezaji na watazamaji lazima upangwe vizuri ili kuhakikisha usalama kwa wote.

Pili, bajeti na fedha za kugharamia mashindano zinapaswa kuandaliwa, bila fedha mashindano hayawezi kufanyika kwa ufanisi.

Tatu, vifaa vya michezo vinavyohitajika kama mipira, sare, na viwanja vinapaswa kuandaliwa mapema ili mashindano yaende kwa ubora.

Nne, huduma za afya na wahudumu wa huduma ya kwanza lazima ziwepo, kwani michezo mara nyingi huambatana na ajali ndogo au kubwa.

11. Eleza mchango wa michezo katika kujenga mshikamano wa kitaifa.

Michezo hutoa nafasi ya watu kutoka makabila, dini na mikoa tofauti kukutana na kushirikiana katika hali ya amani. Wakati timu ya taifa inashiriki mashindano, wananchi huungana kwa mshikamano bila kujali tofauti zao.

Aidha, mashindano ya kitaifa kama UMISETA huwaleta pamoja wanafunzi kutoka maeneo mbalimbali, jambo linalojenga udugu na mshikamano wa kweli miongoni mwa vijana.

Michezo pia huondoa dhana za ubaguzi kwa kuwa kila mtu hutazamwa kwa uwezo wake uwanjani, siyo asili au kabila lake. Hii huchochea mshikamano na usawa wa kijamii.

Vilevile, michezo hutumika kama bendera ya taifa ambapo wananchi hujivunia utambulisho wao wanapooona wachezaji wakishindana kimataifa wakiwa wawakilishi wa nchi.

12. Fafanua changamoto nne zinazokumba sekta ya michezo Tanzania na eleza kwa kina.

Changamoto ya kwanza ni ukosefu wa miundombinu ya kisasa, kwani viwanja na vifaa vingi vya michezo havikidhi viwango vya kimataifa. Hii hupunguza ubora wa michezo na maendeleo ya vipaji.

Changamoto ya pili ni ufadhili mdogo wa kifedha, kwani mashindano mengi hufutwa au kufanyika kwa kiwango cha chini kutokana na ukosefu wa fedha.

Changamoto ya tatu ni ukosefu wa wataalamu wa michezo wenye ujuzi, kama makocha waliobobea au wataalamu wa tiba ya michezo, jambo linalosababisha maendeleo duni ya wachezaji.

Changamoto ya nne ni siasa kuingilia sekta ya michezo, ambapo mara nyingi maamuzi hufanywa kwa misingi ya kisiasa badala ya kitaalamu, jambo linalozuia maendeleo.

13. Jadili nafasi ya michezo katika kupunguza makosa ya jinai miongoni mwa vijana.

Michezo huwapa vijana shughuli mbadala yenye manufaa, na hivyo kuwazuia kujiingiza kwenye vitendo vya uhalifu kama uporaji au matumizi ya dawa za kulevya.

Kwa kuwa michezo inawafanya vijana wawe na ratiba ya mazoezi na mashindano, wanakuwa na muda mdogo wa kujiingiza katika makundi mabaya.

Michezo hujenga nidhamu na heshima kwa sheria, jambo ambalo huchangia vijana kuishi maisha bora bila kuvunja sheria.

Aidha, michezo huwapa vijana matumaini na malengo ya maisha kwa kuwa na nafasi ya kuonyesha vipaji vyao na kupata nafasi za ajira au udhamini.

14. Changanua umuhimu wa wanawake kushiriki kikamilifu katika michezo nchini.

Ushiriki wa wanawake katika michezo huondoa dhana potofu kwamba michezo ni ya wanaume pekee, hivyo kuchochea usawa wa kijinsia katika jamii.

Wanawake wanaposhiriki michezo huongeza afya zao na kuimarisha ustawi wa familia kwa kuwa na kizazi chenye afya.

Ushiriki wa wanawake pia huwapa nafasi ya kujitambulisha kimataifa kupitia mashindano, jambo linaloleta heshima kwa taifa kwa ujumla.

Aidha, unapoongezeka, wanawake wanakuwa mifano bora kwa wasichana wadogo ambao hujifunza kuthamini michezo na kushiriki bila hofu.

15. Tathmini mchango wa michezo katika kukuza uchumi wa taifa.

Michezo huchangia mapato kupitia tiketi za mashindano na matangazo ya moja kwa moja, jambo linaloongeza pato la taifa.

Hutengeneza ajira kwa watu wengi kama wachezaji, makocha, waamuzi, na wauzaji wa bidhaa za michezo. Ajira hizi hupunguza umasikini.

Michezo ya kimataifa huvutia watalii kutoka nje ya nchi, ambapo watalii hao hutumia fedha kwa huduma mbalimbali na kuongeza mapato ya taifa.

Aidha, michezo huibua fursa za biashara kupitia udhamini na matangazo ya kibiashara, jambo linalochochea ukuaji wa sekta binafsi.

16. Eleza nafasi ya michezo katika kujenga amani na mshikamano kimataifa.

Michezo kama Kombe la Dunia au Olimpiki huwaleta pamoja watu kutoka mataifa mbalimbali, jambo linalowajengea mshikamano wa kijamii na kitaifa.

Wakati nchi zinaposhindana kimichezo, mara nyingi husahauliana tofauti za kisiasa na badala yake kuungana kupitia ushindani wa haki.

Michezo pia hutumika kama njia ya diplomasia ya michezo (sports diplomacy), ambapo nchi huimarisha uhusiano wao wa kidiplomasia kupitia mashindano.

Aidha, michezo hujenga heshima ya kijamii kati ya mataifa kwani kila nchi inatambua uwezo wa wachezaji wa nchi nyingine na kuheshimiana.

17. Je, kuna uhusiano kati ya michezo na elimu ya kitaaluma? Eleza.

Michezo huongeza umakini na uwezo wa kufikiri haraka, jambo linalosaidia wanafunzi hata kwenye masomo ya darasani.

Husaidia kuondoa msongo wa mawazo kwa wanafunzi, hivyo kuongeza ari ya kusoma na kufaulu.

Michezo huwafundisha wanafunzi uongozi na mshikamano, ambavyo ni stadi zinazohitajika pia katika elimu ya kitaaluma na maisha ya kila siku.

Aidha, michezo huwapa wanafunzi nafasi ya kupata udhamini wa masomo kutokana na vipaji vyao, jambo linaloongeza fursa za kielimu.

18. Eleza mchango wa michezo ya shule kwa maendeleo ya taifa kwa ujumla.

Michezo ya shule huibua na kukuza vipaji vya vijana ambavyo baadaye huingia kwenye timu za taifa na klabu kubwa, hivyo kuendeleza sekta ya michezo.

Hujenga kizazi chenye afya bora, jambo ambalo hupunguza gharama za matibabu na kuongeza nguvu kazi ya taifa.

Huchochea mshikamano wa kijamii kwa kuwa wanafunzi kutoka shule mbalimbali huonana na kushirikiana kupitia mashindano.

Aidha, michezo ya shule huchangia katika kutengeneza viongozi wa baadaye wenye nidhamu na mshikamano wa kijamii kutokana na mafunzo waliyojifunza kupitia michezo.