

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

650

HAIBA NA MICHEZO

Muda: Saa 3.

MAJIBU

Mwaka : 2009

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. Vifaa vya mawasiliano na vitu vyote visivyoruhusiwa **havitakiwi** ndani ya chumba cha mtihani.
5. Andika **namba yako ya mtihani** katika kila ukurasa wa kijitabu chako cha kujibia.

maktaba.tetea.org



1. Eleza maana ya michezo ya kiasili na taja faida tatu za michezo hiyo kwa jamii.

Michezo ya kiasili ni michezo inayotokana na mila, desturi na tamaduni za jamii husika bila kuathiriwa na michezo ya kisasa ya kimataifa. Michezo hii mara nyingi hufundishwa na wazee wa jamii na kurithishwa kizazi hadi kizazi.

Faida ya kwanza ya michezo ya kiasili ni kukuza mshikamano wa kijamii. Jamii inaposhirikiana katika michezo hii huimarisha mahusiano na mshikamano wa pamoja.

Faida ya pili ni kuhifadhi utamaduni wa jamii. Michezo ya kiasili ni sehemu ya urithi wa kitamaduni na inasaidia kuendeleza mila na desturi za jadi.

Faida ya tatu ni kujenga afya ya mwili na akili. Michezo hii humsaidia mchezaji kufanya mazoezi na hivyo kuimarisha mwili na kupunguza msongo wa mawazo.

2. Taja na fafaua hatua kuu nne za kufuata wakati wa kutoa pasi katika mchezo wa mpira wa kikapu.

Hatua ya kwanza ni kushika mpira kwa usahihi. Mchezaji anatakiwa kushika mpira kwa vidole na sio viganja ili kuuweza kuusukuma kwa urahisi.

Hatua ya pili ni kuweka mwili katika mkao sahihi. Miguu inapaswa kutengana na magoti yakiwa yamepinda kidogo ili kupata usawa na nguvu.

Hatua ya tatu ni kutumia mikono kwa kushirikisha nguvu za mwili wote. Mikono inasukuma mpira mbele huku kifua na mabega vikisaidia kutoa nguvu zaidi.

Hatua ya nne ni kumlenga mchezaji mwenza. Pasi inapaswa kuelekezwa sehemu ambayo mwenzake ataipokea kirahisi bila kukataliwa na mpinzani.

3. Eleza sababu nne zinazofanya michezo ya shule kuwa muhimu katika malezi ya vijana.

Michezo ya shule huimarisha afya ya mwili wa vijana. Wanafunzi hupata mazoezi ya mara kwa mara ambayo huimarisha misuli, mifupa na mzunguko wa damu.

Michezo ya shule hujenga nidhamu na maadili. Wanafunzi hujifunza kufuata sheria, kuheshimu viongozi na kushirikiana na wenzao.

Michezo ya shule huchochea kugundua na kukuza vipaji. Vipaji vya michezo huonekana kupitia mashindano ya shule na vinaweza kuendelezwa kitaifa au kimataifa.

Michezo ya shule huimarisha mshikamano na mshirikiano kati ya wanafunzi, jambo linalosaidia kuondoa migawanyiko ya kijamii.

4. Changanua changamoto nne zinazowakabili walimu wa michezo mashuleni.

Changamoto ya kwanza ni ukosefu wa vifaa vya michezo. Walimu wengi hawapati vifaa vya kutosha kama mipira, viatu au sare kwa ajili ya wanafunzi.

Changamoto ya pili ni uhaba wa muda. Mitaala ya masomo ya darasani inachukua muda mwingi na kupunguza nafasi ya michezo.

Changamoto ya tatu ni ukosefu wa motisha kwa walimu wa michezo. Walimu wengi hawalipwi motisha ya kutosha kwa kazi ya kufundisha michezo.

Changamoto ya nne ni ukosefu wa mafunzo maalumu ya kitaaluma kwa walimu wa michezo. Hii huathiri ubora wa ufundishaji na ufanisi wa michezo mashuleni.

5. Eleza jinsi michezo inavyoweza kuchangia kukuza mshikamano wa kitaifa.

Michezo huwaleta watu kutoka makabila, dini na maeneo tofauti kushiriki pamoja, hivyo kujenga mshikamano wa kitaifa.

Michezo huchochea uzalendo kupitia timu za taifa. Wachezaji wanaposhinda kwa niaba ya taifa, wananchi huungana na kujivunia utaifa wao.

Michezo hutoa nafasi ya kuondoa migawanyiko ya kisiasa kwa kuwa mashindano hukutanisha watu wenye mitazamo tofauti lakini wanashirikiana kama taifa moja.

Aidha, michezo huimarisha mshirikiano wa kimaendeleo kati ya wananchi kupitia mashindano ya kitaifa yanayoleta mshikamano wa kijamii.

6. Taja faida nne za kutumia teknolojia ya habari na mawasiliano katika michezo.

Teknolojia ya mawasiliano hurahisisha matangazo ya michezo kupitia televisheni, redio na mitandao ya kijamii, hivyo kuongeza wafuasi wa michezo.

Teknolojia huwezesha mafunzo bora kwa wachezaji kupitia video, mazoezi ya kidigitali na programu za mafunzo.

Teknolojia husaidia waamuzi kwa kutumia vifaa kama VAR ili kutoa maamuzi sahihi na kupunguza malalamiko.

Teknolojia pia huwezesha urahisi wa tiketi za kielektroniki na hivyo kurahisisha ushiriki wa mashabiki kwenye viwanja.

7. Eleza umuhimu wa stadi za msingi katika mchezo wa mpira wa mikono.

Stadi za msingi husaidia mchezaji kuudhibiti mpira ipasavyo. Bila stadi hizi, mchezaji hushindwa kucheza kwa ufanisi.

Stadi za msingi hujenga msingi wa kushiriki mashindano makubwa. Mchezaji anayemudu stadi hizi ana uwezo wa kufanikisha mashambulizi na ulinzi.

Stadi hizi huongeza ujasiri wa mchezaji. Kupitia mafunzo ya mara kwa mara, mchezaji hujiamini anaposhiriki uwanjani.

Pia stadi hizi huimarisha mshirikiano wa timu kwa kuwa kila mchezaji anajua majukumu yake na namna ya kushirikiana na wenzake.

8. Fafanua umuhimu wa mazoezi ya mara kwa mara kwa afya ya binadamu.

Mazoezi ya mara kwa mara huimarisha mfumo wa mzunguko wa damu na kupunguza hatari ya magonjwa ya moyo na shinikizo la damu.

Mazoezi huimarisha misuli na mifupa, hivyo kumfanya mtu awe na mwili imara na wenye uwezo wa kustahimili shughuli ngumu.

Mazoezi husaidia kupunguza uzito kupita kiasi kwa kuchoma mafuta na kalori mwilini.

Mazoezi huimarisha afya ya akili kwa kupunguza msongo wa mawazo na kuongeza furaha kupitia kutolewa kwa homoni za endorphins.

9. Eleza nafasi ya michezo katika kukuza uongozi wa vijana.

Michezo huwafundisha vijana uongozi kupitia nafasi za kuwa manahodha na viongozi wa timu. Hii huwapa uzofu wa uongozi.

Michezo huwapa vijana nafasi ya kufanya maamuzi sahihi chini ya shinikizo, jambo linalojenga uwezo wao wa uongozi.

Kupitia michezo, vijana hujifunza kushirikiana na wenzao na kuongoza kwa mshirikiano badala ya ubinafsi.

Michezo huwajengea vijana uwezo wa kushughulikia changamoto na migogoro kwa hekima, jambo ambalo ni kiini cha uongozi bora.

10. Changanua nafasi ya michezo katika kukuza usawa wa kijinsia.

Michezo huwapa wanawake na wanaume fursa sawa ya kushiriki, hivyo kupunguza ubaguzi wa kijinsia.

Mashindano ya michezo huonyesha uwezo wa wanawake, jambo linalobadili mitazamo hasi ya kijamii kuhusu jinsia.

Michezo huwezesha wanawake kushiriki katika nafasi za uongozi, mfano makocha na viongozi wa vyama vya michezo.

Aidha, michezo huongeza heshima na hadhi ya wanawake katika jamii kwa kuonyesha mchango wao katika maendeleo ya taifa.

11. Jadili nafasi ya michezo katika kukuza uchumi wa taifa.

Michezo huongeza mapato ya taifa kupitia utalii wa michezo. Mashindano ya kimataifa huvutia watalii ambao hutumia fedha nyingi katika malazi, chakula na usafiri.

Michezo huchochea ajira kwa vijana. Kupitia michezo, vijana hupata kazi kama wachezaji, makocha, waamuzi, na wahudumu wa viwanja.

Mashindano ya michezo huchochea biashara. Wafanyabiashara huuza bidhaa mbalimbali kama jezi, vyakula na vinywaji kwa mashabiki.

Michezo huchochea ujenzi wa miundombinu ya kudumu kama viwanja, barabara na hoteli ambazo huboresha uchumi hata baada ya mashindano.

12. Eleza mchango wa michezo katika kuimarisha uhusiano wa kimataifa.

Michezo huchochea mshirikiano kati ya mataifa kupitia mashindano ya kimataifa, jambo linalosaidia kujenga urafiki wa kidiplomasia.

Michezo hutumika kama chombo cha kuondoa migogoro. Mataifa yaliyokuwa na mvutano huweza kushirikiana kupitia michezo na kujenga upya uhusiano.

Michezo husaidia kubadilishana tamaduni kati ya mataifa. Washiriki hubadilishana mila na desturi, jambo linaloongeza mshikamano wa kimataifa.

Aidha, michezo huchochea biashara za kimataifa kupitia uhamisho wa wachezaji na matangazo ya kibiashara, hivyo kuimarisha uchumi wa mataifa husika.

13. Tathmini changamoto zinazokumba maendeleo ya michezo barani Afrika.

Changamoto ya kwanza ni ukosefu wa miundombinu bora. Viwanja vingi havina ubora wa kimataifa na hivyo kudhoofisha mashindano.

Changamoto ya pili ni ukosefu wa fedha za kutosha. Nchi nyingi hazina bajeti ya kutosha kwa michezo na hivyo kushindwa kuandaa mashindano makubwa.

Changamoto ya tatu ni uongozi mbovu na ufisadi. Viongozi wa michezo mara nyingi hutumia vibaya fedha za mashindano na kuathiri maendeleo.

Changamoto ya nne ni ukosefu wa wataalamu wa michezo kama makocha wa kiwango cha juu, madaktari wa michezo na wataalamu wa lishe.

14. Eleza kwa mifano jinsi michezo inavyoweza kutumika kama chombo cha kukuza amani katika jamii.

Michezo huwaleta pamoja vijana wa makabila tofauti na hivyo kupunguza chuki za kikabila. Mfano ni mashindano ya kitaifa yanayojumuisha mikoa yote.

Michezo hutumika kama njia ya usuluhishi wa migogoro kwa kutoa majukwaa ya kushindana badala ya kutumia nguvu. Mfano ni michezo ya amani inayofanyika kwenye maeneo yenye migogoro.

Michezo hujenga mshirikiano na mshikamano wa kijamii. Vijana wanaposhirikiana kwenye michezo hujifunza mshikamano na mshirikiano badala ya mgawanyiko.

Aidha, michezo huimarisha mshikamano wa kitaifa kupitia timu za taifa, jambo linalopunguza tofauti za kisiasa na kijamii.

15. Jadili nafasi ya vyombo vya habari katika kukuza michezo.

Vyombo vya habari hutangaza michezo kwa jamii kupitia redio, televisheni na magazeti, jambo linaloongeza umaarufu wa michezo.

Vyombo vya habari huchochea hamasa ya mashabiki kwa kutoa matangazo ya moja kwa moja ya michezo na kusababisha watu wengi kufuatilia.

Vyombo vya habari huongeza mapato kwa mashindano kupitia matangazo ya kibiashara na udhamini.

Vyombo vya habari hutumika kama jukwaa la kukuza vipaji vya vijana kwa kuwapa nafasi ya kuonekana na kuvutia wadhamini.

16. Changanua athari za utandawazi katika maendeleo ya michezo duniani.

Utandawazi umesaidia wachezaji kutoka mataifa maskini kuhamia kwenye ligi bora duniani na hivyo kuinua vipaji vyao.

Utandawazi umeongeza uwekezaji wa kigeni katika michezo kupitia udhamini na matangazo ya makampuni makubwa ya kimataifa.

Utandawazi umesababisha kupotea kwa michezo ya kiasili kwa sababu michezo ya kimataifa imepewa kipaumbele.

Utandawazi umeongeza mashindano ya kimataifa, jambo linaloongeza mshirikiano wa mataifa lakini pia kuongeza ushindani mkali.

17. Eleza nafasi ya michezo katika kupunguza matatizo ya vijana mitaani.

Michezo huwakusanya vijana na kuwapa shughuli ya maana badala ya kujiingiza kwenye uhalifu.

Michezo hujenga maadili ya nidhamu, mshikamano na mshirikiano kwa vijana, hivyo kuwafanya kuwa raia bora.

Michezo huwapa vijana ajira na kipato kupitia vipaji vyao, jambo linalopunguza matatizo ya ukosefu wa ajira.

Aidha, michezo huimarisha afya ya mwili na akili ya vijana, hivyo kupunguza matatizo ya msongo wa mawazo na dawa za kulevya.

18. Fafanua mchango wa michezo katika kuimarisha heshima ya taifa kimataifa.

Michezo huipa heshima nchi inaposhinda mashindano makubwa ya kimataifa, mfano Kombe la Dunia au Olimpiki.

Michezo hutumika kama chombo cha kuonyesha uwezo wa taifa. Nchi zinapokuwa na wachezaji maarufu hujijengea heshima kimataifa.

Michezo huchochea mshirikiano wa kidiplomasia kati ya nchi, jambo linaloimarisha heshima na ushawishi wa taifa husika.

Aidha, michezo huonyesha ustawi wa kijamii na kiuchumi wa nchi, kwa sababu uwekezaji katika michezo ni alama ya maendeleo ya taifa.