

أساليب تطوير و تنفيذ

درس التربية الرياضية

في مرحلة التعليم الأساسي

بين النظرية و التطبيق



الناشر **المشرف** بالأمكنة
جلال حزي وشركاه

دكتور محمد سعيد عزمي

أساليب تطوير و تنفيذ

درس التربية الرياضية

في مرحلة التعليم الأساسي
بين النظرية و التطبيق

دكتور محمد سعيد عزمي
دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية
جامعة الاسكندرية

١٩٩٦

الناشر
منشأة المهارف بالاسكندرية
جلال حزي وشركاه

الناشر: منشأة المعارف بالاسكندرية

جلال حزى وشركاه

٤٤ ش سعد زغلول الاسكندرية تليفون / فاكس : ٤٨٣٣٣٠٣

إلهرا

الى زوجتى وأبنائى

علياء

وعلاء

وعصام

وعمر

بسم الله الرحمن الرحيم

يسعدنى أن أقدم هذا الكتاب المتخصص فى فرع من علوم التربية الرياضية له أهمية أساسية فى اعداد مدرّس التربية الرياضية الا وهو طرق تدريس التربية الرياضية الخاصة بمرحلة التعليم الأساسى أى المرحلة الابتدائية والاعدادية (المتوسطة) . وحاولت فى فصول هذا الكتاب أن أقدم الفكر النظرى لطرق التدريس وطبيعة المرحلة السنية والطرق المناسبة والنماذج التطبيقية لتطبيق وتنفيذ درس التربية الرياضية . وتم التركيز على نموذج تطويرى باستخدام أسلوب النظم لتطوير خطة طرق التدريس فى التربية الرياضية مسترشداً بنتائج رسالتى العلمية الخاصة بحصولى على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية .

اننى اتبعت فى هذا الكتاب أسلوب يعتمد على التركيز دون الاخلال بالمضمون حتى يكون عوناً للدارسين فى كل من مرحلة البكالوريوس أو الدراسات العليا والذى تم التركيز عليه هو ذكر كل ما يتعلق بطرق التربية الرياضية نظرياً وتطبيقياً حتى يحقق الغرض منه وهو كيفية تحويل الاطار الفكرى الى نماذج تطبيقية تفيد كل العاملين بمجال التدريس فى التربية الرياضية - من هذا المضمون الذى احتواه الكتاب يمكن تحقيق التكامل عند الاستعانة بالمحاضرات الدراسية لزيادة الاستفادة والتفسير لكل ما جاء فى هذا الكتاب حتى يتم التوافق بين جانبى المحاضرة الدراسية وأفكار الكتاب ونظرياته العلمية التى تم تجميعها فى هذا الكتاب .

المؤلف

محتويات الكتاب

الصفحة

الموضوع

الفصل الأول :

- ١٧ - مفهوم التربية البدنية قديماً وحديثاً .
- ١٨ - العلاقة بين مفهوم التربية البدنية والتربية الرياضية .
- ١٩ - العلاقة بين التربية والتربية الرياضية .
- ٢٠ - أهمية تدريس التربية الرياضية .
- منهج التربية الرياضية بين الواقع والمأمول (دراسة تحليلية) .
- ٢١ - مدرس التربية الرياضية .
- ٢٣ - شخصيته .
- ٢٥ - دور مدرس التربية الرياضية في تربية الناشء .
- ٢٥ - دور مدرس التربية الرياضية بصفته عضواً بالمدرسة .
- ٢٦ - دور مدرس التربية الرياضية بصفته عضواً في المجتمع .

الفصل الثاني :

- ٢٩ - مراحل النمو الحركي .
- ٣١ - مظاهر النمو .
- ٣١ - خصائص عملية النمو .
- ٣٣ - مرحلة الطفولة المبكرة من (١ - ٦ سنوات) .
- ٣٤ - البرامج وطريقة التدريس .
- المرحلة من (٦ - ٩ سنوات) الصف الأول والثاني والثالث ابتدائي .
- ٣٥ - البرامج وطريقة التدريس .
- المرحلة من (٩ - ١٢ سنة) الصف الرابع والخامس والسادس ابتدائي .
- ٣٦ - البرامج وطريقة التدريس .
- ٣٥ - البرامج وطريقة التدريس .

	- المرحلة من (١٢ - ١٥ سنة) - السابع والثامن
٣٦	والتاسع الأساسى .
٣٧	- البرامج وطريق التدريس .
٤١	الفصل الثالث :
٤٣	- طرق تعليم المهارات الحركية .
٤٣	- تعريف الطريقة .
٤٤	- اعتبارات يجب مراعاتها .
٤٥	- الطرق المستخدمة فى تدريس مادة التربية الرياضية .
٤٥	- الطريقة العامة لتعليم المهارات الحركية .
٤٥	- الطريقة المباشرة .
٤٦	- الطريقة غير المباشرة .
٤٦	- الطريقة المقيدة .
٤٧	- الطريقة الكلية .
٤٨	- الطريقة الجزئية .
٤٨	- الطريقة الكلية - الجزئية .
٤٨	- الطريقة الجزئية - الكلية - الجزئية .
٤٩	- الطريقة الجزئية المتدرجة .
٤٩	- طريقة الاستجابة للنداء .
٤٩	- طريقة المحاضرة .
٥٠	- التدريس من خلال مهمة أو تكليف بعمل (المشروع) .
٥٠	- استخدام الزميل .
٥٠	- استخدام جماعة صغيرة .
٥١	- استخدام البرامج الفردية .
٥١	- الاستكشاف الموجه .
٥١	- حل المشكلة .
٥٢	- طريقة الوحدات .
٨٩	الفصل الرابع :
٩١	- اعداد خطة التربية الرياضية بالمدرسة .

٩٤	- الأهداف التعليمية ونتائج التعلم .
٩٤	- مستويات الأهداف .
٩٥	- تصنيف الأهداف .
٩٥	- المجال الإدراكي (المعرفي) .
٩٦	- المجال الوجداني .
٩٦	- المجال النفسى حركى .
٩٩	- أقسام خطة التربية الرياضية بالمدرسة .
٩٩	١- دروس التربية الرياضية .
١٠٠	أ- القصة الحركية .
١٠١	ب- تمرينات على شكل ألعاب أو (تمثيلية) .
١٠٢	ج- درس التربية الرياضية .
١٠٤	١- المقدمة (الاحماء) .
	٢- التمرينات الأساسية (التشكيلية -
١٠٤	التأهيلية - التأثيرية) .
١٠٦	٣- النشاط التعليمى .
١٠٧	٤- النشاط التطبيقي .
١٠٨	٥- النشاط الختامى .
١٠٨	٢- دروس التربية الرياضية فى ظروف خاصة .
١٠٩	أ- فى الجو البارد جداً .
١١٠	ب- فى وجود صالة مغلقة .
١١٠	ج- فى الجو الحار جداً .
١١٠	د- داخل الفصل .
١١٢	- نماذج لدروس التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية .
	ب- تمرينات على شكل ألعاب (تمثيلية) للصف الثالث
١١٦	والرابع .
	ج- دروس للتربية الرياضية للصف الخامس
١٢٠	والسادس .

١٢٢	٤- دروس التربية الرياضية للصف السابع والثامن الأساسى .
١٢٤	هـ- دروس التربية الرياضية للصف التاسع الأساسى .
١٢٦	- صفات درس التربية الرياضية الجيد .
١٢٧	١- النشاط الداخلى .
١٢٨	٢- النشاط الخارجى .
١٢٨	٣- برامج الخواص بالمدرسة .
١٢٩	- دور النداءات فى تنفيذ درس التربية الرياضية .
١٢٩	- أنواع النداءات .
١٢٩	١- اللفظى .
١٣٠	٢- اللفظى العددى .
١٣٠	٣- العددى .
١٣٠	٤- التوقيتى .
١٣٢	- استخدام الوسائل السمعية والبصرية فى درس التربية الرياضية .
١٤١	الفصل الخامس :
١٤٣	- التقويم فى التربية الرياضية .
١٤٤	- أنواع التقويم .
١٤٤	أولاً : التقويم الموضوعى .
١٤٤	١- المعايرة .
١٤٤	٢- المستويات .
١٤٥	٣- المحكات .
١٤٥	ثانياً : التقويم الذاتى .
١٤٥	ثالثاً : القياس .
١٤٦	- الفرق بين القياس والتقويم .
١٤٦	- أساليب التقويم .
١٤٧	- نماذج من اختبارات التقويم فى التربية الرياضية .

- ١٤٨ - مقياس لتحصيل المعلومات والمعارف .
- ١٤٨ - مقياس لتحصيل المفاهيم الرياضية .
- ١٤٩ - مقياس المهارات الحركية والقدرات البدنية .
- ١٤٩ - مقياس اكتساب التلاميذ الاتجاهات السليمة نحو التربية الرياضية .
- نماذج لبعض الاختبارات التي يمكن تطبيقها في المدارس .
- ١٥٠ - اختبارات القدرات البدنية .
- ١٥٠ - اختبارات المهارات الحركية .
- ١٥٠ - الاختبارات المعرفية .
- ١٥٠ - مقياس اتجاه نمو درس التربية الرياضية .
- ١٥٥ **الفصل السادس :**
- أسلوب النظم كأداة لإحداث التطوير في التربية الرياضية .
- ١٥٧ - مفهوم أسلوب النظم .
- ١٥٧ - مفهوم تحليل النظم .
- ١٥٧ - الأسباب التي تدعو للقيام بتحليل النظم .
- ١٦١ - تعريفات أسلوب النظم .
- ١٦٣ - الفرق بين تحليل النظم وأسلوب النظم .
- ١٦٤ - نظريات النظم .
- ١٦٤ - النظرية العامة للنظم G. S. T .
- ١٦٥ - النظرية الكلاسيكية أو النظرية التقليدية .
- ١٦٥ - نظرية النظم الحديثة - النظرية السلوكية .
- ١٦٧ - عناصر النظام .
- ١٦٩ - المدخلات .
- ١٦٩ - العمليات .
- ١٧٠ - المخرجات .
- ١٧١ - النظام المفتوح .

- ١٧١ - النظام المغلق .
- ١٧٢ - صعوبات تطبيق أسلوب تحليل النظم فى الميادين التربوية .
- ١٧٣ - أسلوب النظم والسيبرنتيك .
- ١٧٦ - مصادر دراسة الحقائق فى تحليل النظم .
- ١٧٦ ١- دراسة وتحليل النظام الحالى .
- ١٧٧ ٢- المصادر الداخلية .
- ١٧٧ ٣- المصادر الخارجية .
- ١٧٧ - أسلوب النظم كأداة لإحداث التطوير .
- ١٨٠ - نماذج استخدمت فى التطوير فى المجالات التربوية .
- ١٨٦ - مؤلف .
- ١٨٧ - ملخص لرسالة دكتوراه فى تطوير منهج التربية الرياضية باستخدام أسلوب تحليل النظم .

الفصل الأول

مفهوم التربية الرياضية قديماً وحديثاً

- مفهوم التربية البدنية قديماً وحديثاً .
- العلاقة بين مفهوم التربية البدنية والتربية الرياضية .
- العلاقة بين التربية والتربية الرياضية .
- أهمية تدريس التربية الرياضية .
- منهج التربية الرياضية بين الواقع والمأمول (دراسة تحليلية) .
- مدرس التربية الرياضية - شخصية - دوره في تربية النشء - بصفته عضواً (بالمدرسة والمجتمع) .

الفصل الأول

مفهوم التربية الرياضية قديماً وحديثاً

لقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية اهتماماً كبيراً لما لها من أهداف بناءة تساعد على اعداد المواطن الصالح اعداداً شاملاً لجميع جوانب شخصية سواء كانت عقلية أو جسمية أو نفسية أو اجتماعية حتى أنها أصبحت من المؤشرات الهامة التى تدل على التقدم الحضارى للمجتمع وأصبح تطورها ضرورة من ضروريات الحياة وواجباً اجتماعياً هاماً يجب أن نعمل على تحقيقه . كما أن استخدام التكنولوجيا الحديثة والتقدم العلمى يوضحان مدى أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية فى حياة الأفراد والشعوب .

ويعتقد كثير من الناس أن التربية البدنية هى مختلف أنواع الرياضات . أو أنها عضلات وعرق أو أزرع وأرجل قوية ، أو أنها تربية للأجسام . ولهذا تعددت تعاريفها . فعرفها ناس Nash بأنها جزء من التربية العامة وأنها تستغل دوافع النشاط الطبيعية الموجودة فى كل شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية والانفعالية وهذه الأغراض تتحقق حيثما يمارس الفرد أوجه نشاط التربية البدنية سواء أكان ذلك فى الملعب أو فى حمام السباحة .

ويعرفها نيكسون وكزنز Nixon and Cozens « بأنها ذلك الجزء من التربية العامة التى يختص بالأنشطة القوية التى تتضمن عمل الجهاز العضلى وما ينتج عن الاشتراك فى هذه الأوجه من النشاط من تعلم » ويعرفها شارمان Sharman « على أنها ذلك الجزء من التربية الذى يتم عن طريق النشاط الذى يستخدم الجهاز الحركى لجسم الإنسان والذى ينتج عن أنه يكتسب الفرد بعض الاتجاهات السلوكية » .

ويعرفها فولتمر وإيسلنجر Voltmer and Esslinger « بأنها ذلك الجزء من التربية الذى يتم عن طريق النشاط البدنى » .

أما وليامز وبراونل وفيرنير Williams, Brownell, Vernier فيقول « أن التربية البدنية عبارة عن أوجه نشاط بدنية مختارة تؤدي بعرض الفوائد التي قد تعود على الفرد نتيجة لممارسته هذه الأوجه من النشاط » .

وقد عرفها عبد الفتاح لطفى « بأنها إحدى صور التربية - أي أنها الحياة والمعيشة بذاتها Life and living ولا بد من أن نمارس أنشطتها بسبب ما تبعته فينا من شعور الرضاء والارتياح » .

وقد عرفها حسن معوض بأنها « مظهر من مظاهر التربية تعمل على تحقيق أغراضها البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية بواسطة النشاط الحركي المختار بهدف التنمية الشاملة المتزنة وتعديل السلوك تحت قيادة صالحة » . ومهما تعددت التعاريف القديمة أو الحديثة إلا أنها تشترك في أن التربية البدنية عنصر من عناصر التربية وعلاقتها بالتربية هي علاقة الجزء بالكل . فهي تعمل على تعديل سلوك الفرد عن طريق أوجه النشاط المختلفة . كما أنها ليست مظهر من مظاهر التربية .

الفرق بين مفهوم التربية البدنية والتربية الرياضية :

وعند تحليلنا لبعض التعاريف المتعددة للتربية البدنية السابقة نجد أنها تضمنت بعض مفاهيم مثل أوجه نشاط بدنية مختارة ، والتعلم الذي يصاحب هذه الأوجه من النشاط والذي يتحقق عن طريق الممارسة ولو نظرنا إلى تعريف تشارلز بيوكر للتربية الرياضية نجده يعرفها « على أنها جزء متكامل من التربية العامة - ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني اختبرت بغرض تحقيقه هذه الأغراض » وهذا يدل على اكتساب صفة التكامل سواء للناحية العقلية والانفعالية والاجتماعية عن طريق ممارسة ألوان الرياضات المختلفة . فالشجاعة والتعاون لا تعود على البدن فقط ولا تكتسب تنمية تدريب البدن عليها ولكنها تكتسب نتيجة ممارسة

لبعض مواقف تعليمية تربوية يتعرض لها الفرد اثناء ممارسته للرياضة ولهذا يفضل المؤلف اصطلاح تربية رياضة أكثر من تربية بدنية فالتربية الرياضية هى عبارة عن تربية بدنية ورياضية ولسهولة التنفيذ . ولأن التربية الرياضية أعم وأشمل فيكون اصطلاح التربية الرياضية أكثر عمقاً وأشمل معنى .

العلاقة بين التربية والتربية الرياضية :

ان التربية تعنى أشياء مختلفة بالنسبة للأفراد المختلفين . فقد يعرفها فرد على أنها عملية تدريب تأتى عن طريق الدراسة والتدريس . ويعرفها آخر بأنها مجموعة الخبرات التى تمكن الفرد من فهم الخبرات الجديدة بطريقة أفضل ، ويعرفها ثالث بأنها طريقة لتعديل السلوك ، أما جون ديوى فقد عرفها « بأنها اعادة بناء الأحداث التى تكون حياة الأفراد حتى يصبح ما يستجد من عوارض واحداث ذا غرض ومعنى أكبر » . أى أن المقصود بكلمة التربية هو يعنى أن الفرد يفكر تبعاً لخبراته السابقة وقد ظهرت اتجاهات عديدة فى مجال النظرية التربوية وتطبيقاتها فى كل مراحل تطورها ، وتعد التربية التقليدية Classical Education أقدم النماذج التربوية وقد لوحظ أن المادة العلمية كانت تحتل المكانة الأولى من حيث الأهمية وهى تتكون فى الغالب من معلومات وحقائق وأفكار يتم اختيارها من العالم المحيط بالفرد . وفى ضوء ذلك فإن المعلم هو ناقل للمعرفة من كتاب أو أكثر إلى عقول التلاميذ الذين علمهم قضاء الوقت فى الدراسة والتحصيل . وقد صاحب هذا الأمر أن أصبح النشاط المدرسى المصاحب لمناهج المادة أمراً على هامش المنهج وليس فى صحيحه . ولعل هذا هو ما دعى البعض إلى وصف هذا النموذج فى التربية بأنه نموذج فحص أو التربية القمعية (Funnel Education) .

ثم ظهرت التربية التقدمية Progressive Education كانعكاس للفكر التقليدى وجوهر هذا الفكر هو أن المتعلم أصبح مركز عملية التربية أى أن المتعلم من حيث ابعاده العقلية والاجتماعية والسيكولوجية أصبح هو مركز ما تخطط له من مناهج دراسية ،

وبذلك اختلف دور المعلم وأصبح يقوم بالتخطيط والتوجيه والمتابعة ، وأصبح النشاط المدرسى يعد هو جوهر المناهج الدراسية وليس على هامشه ، أى أن عملية التربية تتم فى الحياة ومن خلال ممارستها الفعلية ، ولما كانت التربية الرياضية هى عنصر من عناصر التربية فقد تأثرت بهذا التحول فى الفكر والأسلوب وأصبح تعبير التربية الرياضية هو تلك العملية التربوية التى تتم عند ممارسة أوجه النشاط والتى تنمى شخصية الفرد وليست جزءاً يضاف إلى البرنامج المدرسى كوسيلة لشغل الطلاب ولكنها على العكس من ذلك جزء حيوى من التربية فعن طريق مناهج التربية الرياضية وتوجيهها توجيهاً صحيحاً يكتسب الطلاب المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة وينمون اجتماعياً كما أنهم يشتركوا فى نشاط من النوع الذى يسبغ على حياتهم السعادة باكتسابهم الصحة الجسمية والعقلية .

أهمية تدريس التربية الرياضية :

تسهم التربية الرياضية فى تنمية وتقدم ثقافة الأمة وتساعد بصفتها لونا من ألوان التربية فى العمل على تحقيق الأهداف التربوية فهى حلقة فى سلسلة من العوامل المؤثرة الكبيرة التى تساعد على تحقيق الممثل العليا للدولة وتسهم فى رسالة المجتمع ... ولا تقتصر التربية على حدود المدارس فهى أوسع بكثير من ذلك ولكن المدرسة تمثل المكان الذى تتم فيه أرقى أنواع التربية تنظيماً والغرض من وجود المدارس هو اكساب الشباب روح الحياة الديمقراطية والعمل على تربية النظام الاجتماعى السائد كلما أمكن ذلك ، فهى المكان الذى يقضى فيه التلاميذ جزءاً كبيراً من وقتهم كذلك فهى تمثل المكان الذى تجرى فيه المحاولات لتشكيل التلاميذ إلى مواطنين يحافظون على العمل لصالح وخير المجتمع . وتلعب التربية الرياضية فى المدرسة الابتدائية دوراً هاماً فى توفير فرص النمو المناسبة فى اعداد النشء اعداداً سليماً متكاملأ من النواحي البدنية والعقلية والنفسية فهى تعد عنصراً هاماً فى عمليتى النمو والتطور ، كما أنه اتضح من وجهة النظر الوظيفية البحتة يركز جميع الأطباء على أهمية النشاط الحركى بالنسبة

للأطفال والشباب حيث تحتاج أعضاء الجسم وأجهزته الحيوية إلى جزء كبير من التمرينات والأنشطة لجعلها قوية وصيانتها حتى تكون فى حالة صحية جيدة . وتلميذ المرحلة الابتدائية هو شاب المستقبل ورجل الدولة ، ولذلك كان الاعتناء بالتربية الرياضية فى المرحلة الابتدائية مسئولية قومية لخلق جيل قوى واع متوازن عقلياً وجسمانياً ونفسياً واجتماعياً .

منهج التربية الرياضية بين الواقع والمأمول (دراسة تحليلية) :

لو نظرنا إلى واقع منهج التربية الرياضية فى كل من مصر والمملكة العربية السعودية مثلاً لوجدنا أن هناك قصوراً كبيراً جداً فى تدريس هذه المادة ، وقد ظهرت عدة دراسات فى الآونة الأخيرة تشير إلى نقاط الضعف وكيفية العلاج للتخلص من هذا القصور ، ومع ذلك ما زال هناك تدنى فى مستوى تدريس هذه المادة سواء فى مصر بكل امكاناتها البشرية أو فى المملكة العربية السعودية بكل امكانياتها المادية .

فمصر رغم وجود كليات كثيرة لتخريج مدرّس التربية الرياضية ورغم كثرة المدارس بها إلا أن النظرة لمنهج التربية الرياضية قديماً لم تتغير وما زالت التربية الرياضية من المواد المكملة التى لا تدخل فى مجموع التلميذ ولا تعتبر مادة رسوب إذا أرسب فيها التلميذ ... بل الأكثر من هذا جاء وقت زبحت فيه التربية الرياضية فى المدارس ... وتم بناء الفصول فى الأحواش والملاعب وقلة الاعتمادات المالية التى تساعد على شراء الأدوات والملابس وذلك بسبب سياسة التقشف بالبلد نتيجة للانفجار السكانى الهائل وعدم وجود خطة تراعى مواكبة هذا التزايد والأكثر من هذا المغالاة فى اشتراكات النوادى مع قلة هذا وعدم الاستفادة من مراكز الشباب التابعة للمجلس الأعلى للشباب والرياضة كل هذا جعل التلاميذ يفقدون اتجاههم نحو ممارسة الرياضة وبالتالي زاد الانحراف وقل المستوى الصحى للتلاميذ حتى

أنهم أصبحوا يتهربون من حصص التربية الرياضية لعدم مناسبتها لهم ولعدم اشباع حاجاتهم عن طريقها .

وليس الحال أحسن منه في المملكة العربية السعودية بل وجد أن أكثر المدارس الابتدائية هي مدارس مؤقتة ليس فيها ملاعب ولا فناء وحتى المدارس المبنية حديثاً لا توجد فيها أدوات وما زالت ملاعبها رملية والاعتمادات المالية بسيطة جداً لا تساعد على استكمال الناقص من الأدوات والأجهزة ، كما أن لطبيعة الجو طوال العام تأثير فعال على ممارسة الرياضة في المدارس زد على ذلك العادات والتقاليد التي تقيد نشاط التلميذ ، فنجد بعض مدارس المدن الكبرى مجهزة على أحسن حال وأحدث أنظمة بينما تجد مدارس القرى والنجوع ليس بها شيء إطلاقاً . كما أن أعداد معلم التربية الرياضية يحتاج إلى إعادة نظر . وهذا ما طالعنا به نتائج بعض الأبحاث ليتمشى مع الاتجاهات المعاصرة في العالم المتحضر والمأمول وما يجب أن يكون هو تلاقي القصور الموجود ومحاولة علاجه ففي مصر يجب أولاً تغيير أهداف التربية الرياضية التي وضعها المجلس الأعلى للشباب والرياضية والتي لم تتغير منذ عام ١٩٥٧م علماً بأنه الجهة المسئولة عن الرياضة في مصر وأن الموقف يتطلب اليوم تطويراً لهذه الأهداف بحيث تسير تقدم المجتمع والجديد في مناهج التربية الرياضية المعاصرة بما يتناسب مع واقعنا الفعلي وعاداتنا وتقاليدينا وفلسفة المجتمع الشاملة ، ولهذا يجب أن يضع المخططون لمناهج التربية الرياضية وزناً لآراء الموجهين والمدرسين القائمين على التنفيذ بما يحقق الأهداف التي يمكن تحقيقها طبقاً لميول التلاميذ واتجاهاتهم وبما يتناسب مع امكاناتنا وواقعنا الحالي .

وأما في المملكة العربية السعودية فقد قام المؤلف بعمل بحث ميداني لتحديد أهم الصعوبات التي يواجهها مدرس التربية الرياضية في المرحلة الابتدائية بالمنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية وكانت التوصيات التي توصل إليها البحث في ضوء النتائج هي :

١- يجب أن يحتوى منهج التربية الرياضية على أهداف واضحة ومحددة بصورة اجرائية يمكن قيامها .

٢- يجب أن يحقق المنهج التكامل والتتابع والعمل على تنمية عناصر اللياقة البدنية .

٣- يجب زيادة الاعتمادات المالية فى المدارس ووضع روابط للصرف منها .

٤- يجب أن تدعم وزارة المعارف المدارس بالأدوات والأجهزة وبناء الصالات المكيفة والمظلات ومراعاة أن مادة التربية الرياضية لا تقل بأى حال من الأحوال عن باقى المواد الأخرى .

٥- يجب وضع خطة متكاملة للتقويم حتى يمكن الوقوف على نقاط الضعف ومحاولة التغلب عليها .

٦- يجب اقامة دورات صقل للمدرسين لوقوفهم على أحدث المعلومات والحقائق والتعديلات ومحاولة اعادة النظر فى كيفية اعداد المعلم بكليات المعلمين وشروط القبول بها وزيادة الحوافز للمدرسين لتشجيعهم على بذل الجهد والابتكار .

٧- يجب زيادة توعية مديرى المدارس وأولياء الأمور بأهمية الأنشطة الرياضية بالمدرسة مع عمل سجل رياضى يصاحب التلميذ منذ بداية دخوله المدرسة الابتدائية ويستمر معه فى جميع مراحل التعليم موضحاً به تفوق التلميذ الرياضى .

مدرس التربية الرياضية :

يعتبر اعداد المعلم من الأسس الهامة التى تقوم عليها السياسة التعليمية ، تلك السياسة التى يعنى المدرس بتنفيذها ، وتمثل هذه السياسة فى اعداد المتعلم للحياة فى المجتمع الذى يعيش فيه وفقاً للفلسفة التى ارتضاها المجتمع لنفسه وللعملية التعليمية ابعادها وركائزها ، ويأتى المعلم فى مقدمة هذه الأبعاد والركائز ، ومن هنا تظهر أهمية اعداد المعلم ، يقول « شارلز ميريل Charlesmerril » لايسمح لأحد بممارسة مهنة التعليم ما لم يعد اعداداً أكاديمياً خاصاً

بها حين أنها تتطلب من القائمين بها التخصص الدقيق فى المادة العلمية ، والالمام التام بأساليب وطرق تدريسها ، كما ينبغى أن يكون خبيراً بالأسس النفسية ، والاجتماعية التى تهتم بحاجات التلاميذ ، ودوافعهم وميولهم حتى يتمكن من التعامل معهم وإرشادهم وتوجيههم، وحيث أن لمعلم التربية الرياضية دوراً هاماً فى اعداد المتعلم ، لهذا كان من الضرورى اعداد هذا المعلم اعداداً مهنيّاً وأكاديميّاً وثقافياً وعملياً ، وبالنسبة للاعداد المهني لمدرس التربية الرياضية فإنه يشمل كل العمليات التربوية التى يتعرض لها الفرد فى مراحل اعداده كمدرس ، والتدريس فى التربية الرياضية يخضع لنفس معايير التدريس فى المواد الأخرى ، فهو يحتاج إلى اعداد متكامل من المادة الدراسية واكتساب النواحي التربوية والخبرات الفنية التى تساعد على مواجهة مشاكل التلاميذ والعمل على حلها ، كما أن شخصيته وكفاءته تؤثران تأثيراً كبيراً فى انجاح منهج التربية الرياضية وقد تؤثر بعض المواد فى اعداد المعلم للعمل فى هذا المجال ، مثل مواد التربية وعلم النفس وطرق التدريس والمناهج والتربية الصحية والتشريح والفسىولوجى وخلافها تأثيراً مباشراً فى اعداده مهنيّاً فمثلاً مادة التربية تزوده بالثقافة الأساسية فى الميدان التربوى من حيث تطور الفكر التربوى ونظرياته ومجالاته المتعددة ، وعلم النفس يزوده بالالمام بطبيعة عملية التعلم ونظرياتها وأسسها ووسائل التقويم والقياس ، ومواد طرق التدريس والمناهج تعملان على رسم الطريق الصحيح فى تدريسه لأنواع النشاط المناسبة لقدرات التلاميذ واستعداداتهم ... كما يعد التدريب العملى تطبيق للدراسات التربوية التى يمر بها المعلم على المستوى النظرى ... فهى جوهر عملية اعداد المعلم مهنيّاً عن طريق تطوير سلوكه المهني وذلك باكتساب الخبرات الأولية للعملية التربوية من خلال تنمية مهاراته الحركية والمهنية والاتجاهات السوية والأنماط اللازمة لرفع كفاءته الانجازية فهى المصب الذى نصب من الخبرات الأساسية والمهنية حيث تمتزج بعضها مع بعض مكونة وحدة انتاجية شاملة تتفاعل داخلياً فتعطى سلوكاً مهنيّاً تربوياً متكاملأ ويجب أن يتميز مدرس التربية الرياضية بالصفات الآتية :

- أن يكون ذو شخصية محبوبة .
- أن يمتاز بصفات القيادة والريادة .
- أن يعتنى بمظهره الرياضى وسلوكه القويم .
- أن يكون قدوة صالحة يقتدى بها .
- أن يتميز بضبط النفس وحسن التصرف .
- أن يهتم بالصحة الشخصية ومظهره العام .
- أن يتحلى بالروح الرياضية الحقة .
- أن يكون ملماً بتركيب المجتمع ونظامه .

شخصيته :

الشخصية هى أولى العوامل المؤثرة فى مدى نجاح مدرس التربية الرياضية ويتوقف نجاح درس التربية الرياضية إلى حد بعيد على شخصية المدرس وكفاءته وبالرغم من استحالة حصر الصفات المرغوبة فيها شخصية مدرس التربية الرياضية إلا أن هناك صفات عامة فى شخصيته يجب أن يتصف بها منها :

- أن يحب مهنة ويؤمن برسالتها فى تربية النشء والشباب .
- أن يكون مخلصاً صادقاً فى أقواله وأفعاله .
- أن يكون ملماً بالأسس النفسية والاجتماعية والثقافية للنشء .
- أن يكون ملماً بأصول مادته وما يتصل بها من حقائق ونظريات .

- أن يكون ذو قدوة عالية على التنظيم والادارة .

- أن يستطيع أداء المهارات الحركية بمستوى فوق المتوسط .

دور مدرس التربية الرياضية فى تربية النشء :

واجب مدرس التربية الرياضية الأول هو القيام بتربية التلاميذ عن طريق النشاط الرياضى ، وتعهدهم بدنياً واجتماعياً وثقافياً مع العمل على مساعدتهم على التطور تطوراً ملائماً للمجتمع الذى يعيشون فيه

وتوجيههم وارشادهم الارشاد اللازم واكسابهم الخبرات التربوية التى تساعدهم على النمو المتزن فى جميع النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية نمواً يعمل على تعديل السلوك وتحقيق الأهداف التربوية ، فالتلاميذ فى أشد الحاجة إلى مدرس قريب منهم يفهمهم ويحاول النزول إلى مستواهم والعمل على رفعهم إلى مستوى أعلى تدريجياً . فالنشء فى حاجة إلى قدوة صالحة يقتدى بها ويعمل على تقليدها خصوصاً فى السنوات الأولى للمرحلة الابتدائية فهذه المرحلة يتميز فيها التلاميذ بكثرة الأسئلة والاستفسارات التى لا يجدون لها اجابة ربما عند الوالدين أو الاخوة ، ومدرس التربية الرياضية المؤهل الدراسى لعلم النفس والتربية هو الوحيد القادر على الرد على هذه الاستفسارات لما يتميز به من ثقة وحب من قبل التلاميذ ، ولذلك نجد مسئولية تجاه التلاميذ مسئولية كبيرة جداً تحتاج منه إلى بصيرة نافذة وصبر .

دور مدرس التربية الرياضية بصفته عضواً بالمدرسة :

يشترك مدرس التربية الرياضية فى ادارة المدرسة فهو يقوم بالتدريس كمدرس لمادة التربية الرياضية والاشراف على أوجه النشاط بالمدرسة مثل :

- الاشراف على النشاط الداخلى للمدرسة وتنفيذه .
- الاشراف على النشاط الخارجى والعمل على اشراك المدرسة فى جميع الأنشطة الخارجية سواء على مستوى المنطقة التعليمية . أو المسابقات الحبية .
- الاشراف على حسن سير الادارة المدرسية سواء الاشراف العام كالطابور الصباحى أو الاشتراك مع الآخرين فى الاشراف على الأدوار .
- الاشتراك فى الفحص الطبى الدورى لما له دراية فى هذا الميدان .
- الاشتراك فى مجلس الآباء بالمدرسة والعمل على تحسين روابط العلاقة الطيبة بين المدرسة والمنزل .
- الاشتراك فى عمليات التقويم وبعض النواحي الادارية .

- التعاون الكامل مع ادارة المدرسة والمدرسين والمنطقة التعليمية .
- توكل إليه بعض الأعمال الصعبة فى المدرسة كالاشراف على الممارسات والمناقصات .

دور مدرس التربية الرياضية بصفته عضواً فى المجتمع :

أصبحت المدرسة فى ظل التربية الحديثة جزءاً من المجتمع بعد أن كانت منفصلة عنه مما جعل المدرسة مركزاً اجتماعياً وترويجياً للمجتمع المحلى ولأهل الحى ، يجتمعوا ليلضعوا وينفذوا برامج شاملة للصحة والتربية وتأهيل المواطنين واعدادهم للحياة . ومن هنا يأتى دور مدرس التربية الرياضية للقيام ببعض واجبات منها :

- يشترك فى تنفيذ برامج مراكز الخدمات بالحى أو الاشراف على الأندية الموجودة فى نطاق المدرسة خصوصاً من الناحية الرياضية والاجتماعية .

- المساهمة التطوعية للاشتراك فى بعض الأعمال التى ترتبط بالمجتمع مثل حملات التبرع بالدم أو الاسعافات الأولية .

- يشترك فى ادارة المباريات والاشراف على الأيام الرياضية .

- يقوم بالتحكيم والتنظيم للبطولات والمسابقات المفتوحة التى يشترك فيها أبناء المجتمع المحلى مثل مسابقات الجرى للجميع .

- أن يكون قدوة صالحة يُحتذى بها فى مكان عمله واقامته .

الفصل الثانى

مراحل النمو الحركى

- مظاهر النمو .
- خصائص النمو .
- مرحلة الطفولة المبكرة من (٦-١) سنوات .
- البرامج وطريقة التدريس .
- المرحلة من (٦-٩) سنوات الصف الأول والثانى والثالث الابتدائى .
- البرامج وطريقة التدريس .
- المرحلة من (٩-١٢) سنة- الصف الرابع والخامس والسادس الابتدائى .
- البرامج وطريقة التدريس .
- المرحلة من (١٢-١٥) سنة- الصف السابع والثامن والتاسع الأساسى .
- البرامج وطريقة التدريس .

الفصل الثانى

مراحل النمو الحركى

مقدمة :

كانت المناهج القديمة تركّز على المعلومات والحقائق فقط . وكان الهدف منها حشو رأس التلاميذ بهذه المفاهيم والحقائق العلمية دون مراعاة مراحل نمو التلاميذ خصوصاً فى المرحلة الابتدائية . وعند ظهور المناهج الحديثة انتقل محور الاهتمام من مادة الدرس الى التلميذ نفسه . وأصبحت المفاهيم الحديثة تعمل على تكوين شخصية التلميذ وخصائص نموه وحاجاته وميوله . خصوصاً وان المدارس أصبحت المكان الطبيعى لتربية التلاميذ عن طريق اكتشاف ميولهم ومواهبهم الطبيعية وتوجيهها لصالح التلميذ والمجتمع .

لذا كان من واجبنا كمربين دراسة برامج وطرق تدريس التربية الرياضية على أسس علمية سليمة تراعى الأسس النفسية والاجتماعية والثقافية للتلميذ . ومن البديهي أن ندرس أولاً مراحل النمو للتلاميذ للوقوف على خصائص كل مرحلة سواء من الناحية الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية . ووضع أنسب الأنشطة الرياضية التى تتناسب مع كل مرحلة ، علماً بأن هذا التقسيم للدراسة فقط .

مظاهر النمو :

يتحوّل الطفل فى عملية النمو من كائن حى يعتمد على الغير الى انسان يعتمد على نفسه يتحكم فى حركاته عن طريق الارادة والعادة ، فهى تعنى أكثر من مجرد الزيادة فى الطول والوزن . فالطفل ينمو فى مختلف النواحي الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية ، ولا تحدث هذه التغيرات فجأة بل وفقاً لعمليات بعضها سريع وبعضها بطئ وتهدف فى مجموعها الى هدف عام هو البناء والنضج .

ومن أهم خصائص عملية النمو ما يأتى :

- النمو عملية مستمرة ومتتابة ولا يوجد حد فاصل بين كل مرحلة والتي تليها بل قد نجد طفلاً فى التاسعة يتشابه فى الميول والقدرات مع طفل آخر فى الحادية عشر وبينما نجد أن ميول وقدرات الأطفال المتقاربة السن متشابهة ومتداخلة نجد الفرق واضحاً جداً كلما زاد الفرق فى السن .

- لكل فرد نمط خاص لنموه . فعملية النمو لا تسير وفقاً لمعادلة حسابية ، ولا تتبع نظاماً دورياً منتظماً ، ولا تسير بسرعة منتظمة من سنة الى أخرى بل هى عملية تختلف من شخص لآخر ويسير كل شخص فى نموه فى طريق خاص به . فتوجد عوامل مختلفة تؤثر فى النمو مثل الوراثة والبيئة الاجتماعية والتغذية . ومعنى هذا أنه توجد فروق فردية فى النمو .

- ان نمو الطفل فى مختلف النواحي الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية هو مظهر متمائل . فالطفل ينمو كوحدة واحدة متماسكة ، فالنمو الحركى يسبقه نمو فى العضلات ، وهو يساعد على النمو الاجتماعى ، والسلوك الانفعالى يؤثر فى عمليات الطفل العقلية ، ولذلك نجد أن هناك علاقة بين النمو الجسمى والعقلى والانفعالى وهى تؤثر بعضها فى بعض كوحدة واحدة .

- ان تأثير النمو والعلم لهما دور كبير فى سلوك الطفل فالتغيرات التى تحدث فى السلوك أثناء النمو لا تستطيع أن تحدد منها ما يرجع الى النمو وما يرجع منها الى التعليم .

تقسيم النمو الى مراحل :

ان معرفة خصائص النمو فى كل مرحلة من مراحله توضح لنا الحاجات العامة والوان الأنشطة التى تتناسب مع كل مرحلة ، فهناك مراحل يكون النمو فيها سريعاً وأخرى يكون فيها النمو بطيئاً ، ويمكن تقسيم هذه المراحل كالاتى :

- مرحلة الطفولة المبكرة من (١-٦) سنوات .
- المرحلة من (٦-٩) سنوات .
- المرحلة من (٩-١٢) سنة .
- المرحلة من (١٢-١٥) سنة - مرحلة البلوغ .

أولاً : مرحلة الطفولة المبكرة من (١-٦) سنوات :

ان معرفة خصائص النمو فى هذه المرحلة له قيمة كبيرة ، فيؤكد علماء التربية أهمية السنوات الأولى فى حياة الطفل ، فنواة الشخصية توضع فى هذه المرحلة وبذور الصحة والمرض تبرز أيضاً فى هذه المرحلة ، ويتميز أطفال هذه المرحلة بالخصائص التالية :

- ان النمو الجسمى هو أهم ظاهرة فى حياة الطفل فى السنوات الأولى ، وتعتبر السنتان الأولتان مرحلة نمو سريع ثم يبطئ نسبياً من الثالثة حتى السادسة ويتركز النمو فى هذه المرحلة بشكل كبير فى العضلات الكبرى كعضلات الظهر والرجلين والصدر والكتفين ، أما تكلس العظام فلا يتم فى هذه السن مما يجعل الطفل بعيداً عن أخطار الكسر نتيجة للسقوط والتعثر أثناء قيامه بأوجه النشاط الذى يميل اليه .

- ففى السنة الأولى للطفل يمكنه السيطرة على حركة ساقيه وقدميه وحركة الابهام والسبابة ، ويتمكن من ضرب الأشياء ورفعها من الوقوف منتصباً ، وفى السنة الثانية يتمكن من المشى والجري .

- يتميز الطفل فى هذه المرحلة بالطاقة الزائدة وكذا الحركة وعدم الرغبة فى السكون أو الاستقرار ، فهو فى حاجة الى نشاط مستمر عدا أوقات النوم والأكل .

- الطفل ضعيف القدرة على ضبط حركاته ، لذا كانت حركاته وألعابه كلها من النوع الشامل خالية من التعقيد وتبدأ بالحركات الاعتيادية التى يمارسها الطفل يومياً ثم تتدرج مع كبر سنه ، فهو يبدأ بالمشى والجري فالحمل وتنطيط الكرة .

- نمو المهارات الحركية المختلفة غير متعادل ، فقد يضعف ميل الطفل وقوته فى مهارة معينة فى حين يكتسب مهارة أخرى بسهولة .

- يحب الطفل سماع القصة ويستخدم خياله فى تخيل وقائعها واشكالها كما يميل الى التوقيت والغناء .

- حب الأطفال للتقليد فهو يقلد كل ما يراه خصوصاً حركات الكبار ، فيقلد والديه فى مشيتهما كما يقلد الحيوانات والطيور .

- يحب الطفل الانفرادية فى اللعب فهو يستطيع اللعب بمفرده لا يعرف معنى الجماعة ، فهو أنانى فى لعبه ، وقد يمارس اللعب مع غيره ويظهر التعاون فى اللعب ولكن بشكل مبسط .
- يميل الأولاد عند سن الخامسة والسادسة الى العراك والمقاتلة ، ويلعب الأولاد والبنات معاً .

البرامج وطريقة التدريس :

- لقد أثبتت البحوث الاجتماعية أن الأطفال الذين يلحقوا بالحضانات هم أسرع تقدماً فى كثير من المهارات العقلية والبدنية .
- وتمتاز برامج هذه المرحلة بالسهولة وعدم التعقيد وتشتمل على :
- النشاط التوقيعى الغنائى .
- ألعاب بسيطة التنظيم والمهارات .
- تمرينات على شكل ألعاب .
- النشاط التمثيلى القصصى .
- ألعاب المطاردة البسيطة .
- نشاط الأدوات والأجهزة الصغيرة كالأطواق والكرات الملونة
- ومن أحسن طرق تدريس هذه المرحلة هو النشاط الحر تحت اشراف المدرسة ويكون حفظ النظام عن طريق الايحاء والتشجيع ، وهذه الطريقة تتيح للأطفال التعبير عن أنفسهم واستخدام خيالهم .
- ومهمة المدرسة الأولى فى مثل هذا اللون من النشاط الحر الابتكارى حسن التنظيم والاعداد والعمل على تجنب الاصابات والحوادث .
- وقد تؤلف المدرسة قصة وتسردها على الأطفال مستغلة فى ذلك حبهم لسماع القصص متضمنة بعض الحركات البسيطة أو تقليد بعض الحيوانات فى المشى والقفز أو تمثيل فروع الأشجار عند هبوب الرياح .
- وتكون النداءات غير شكلية بل بالالفاظ العادية التى اعتاد الطفل

سماعها ولضعف القدرة على الانتباه مدة طويلة يجب ألا تزيد مدة
الدرس لهذه المرحلة عن عشرين دقيقة وذلك لسرعة تعب الأطفال .

**ثانياً : المرحلة من (٦-٩) سنوات (الصف الأول والثاني
والثالث الابتدائي) :**

- يكون النمو الجسماني بطيء مع ميل الطفل للنشاط الحركي
الشامل ، قد يعتل الجسم بسبب ظهور الأسنان الدائمة ، ويكون حجم
القلب والرئتين أصغر نسبياً من حجم الانسان ، لذلك يظهر التعب
على الطفل بسرعة ، والتوافق العضلي العصبي يأخذ في التحسُّن ،
لذا تزداد الرشاقة الجسمية وحسُن التصرف خصوصاً في المروعة
والمطاردة ، ولو أن زمن رد الفعل لم يزل بطيئاً .

- يلعب الخيال دوراً هاماً في حياة الطفل فيتخيّل خطين
متوازيين مرسومين بالجير على أنهما ترعة يجب أن يقفز من فوقها ،
أو عصا على أنها حصان .

- الطفل في هذه المرحلة يميل الى اللعب مع جماعة صغيرة من
الأطفال ولو أن أغلب مظاهر نشاطه لم تزل تتميز بالفردية .

- القدرة على التركيز والانتباه لم تزل ضعيفة والقدرة على
التحمُّل تصبح اكبر .

- يميل الطفل الى احترام الكبار ويهمه تقديرهم أكثر من زملائه ،
كما يحب أن يلعب بعض ألعاب الكبار مثل كرة السلة وكرة القدم .

البرامج وطريقة التدريس :

الأطفال في هذه السن ميالون للايقاع والتوقيت وسماع الموسيقى
لذا كان الواجب أن تشتمل البرامج على أوجه نشاط تصاحبها الايقاع
والتصفيق والأناشيد التي تبعث البهجة والسرور والمرح .

- من البرامج المستخدمة بنجاح القصص الحركية والتي تحتوي
على حركات شاملة واسعة المدى كثنى الجذع مثلاً في الاتجاهات

المختلفة كعزق الأرض أو بذر الحب أو حركات الصلاة فى الوقوف والركوع .

- نشاط تستخدم فيه الأدوات والأجهزة المناسبة مع مراعاة الأمن والسلامة فى أماكن اللعب .

- الطفل محب للمنافسة ، ولكن نظراً لسرعة تعبهِ فيمكن للمدرس ادخال ألعاب المنافسة على ألا تكون من النوع المجهد مع تعويدهم على سرعة التلبية لبعض إشارات المدرس كالصفارة .

- بعض الأنشطة التى تدعو إلى الجرى والوثب والدفع والشد والتعلق أو استخدام المضارب الصغيرة .

- ألعاب المطاردة والصيد ذات الرمى القصير ، وبعض تمارين التوازن التى تستخدم فيها خياله مثل الوقوف على قدم واحدة .

- ألعاب تميهدية منظمة صغيرة باستخدام الكرات الصغيرة ثم الكبيرة ولذلك نرى أن مدرس التربية الرياضية يبدأ هذه المرحلة بتدريس القصة الحركية التى تبعث على المرح والسرور وتحتوى على تمرينات بسيطة شاملة ، ثم ينتقل تدريجياً إلى تدريس التمرينات الشكلية النظامية التى تعمل على اعتدال القوام والوقاية من التشوهات أو اكساب التلميذ العادات النظامية والخلقية والاجتماعية والصحية السليمة وتستخدم بعض النداءات الشكلية الخفيفة وتستعمل الألفاظ مثل كلمة (ابتدئ) أو (وقف) .

ثالثاً : المرحلة من (٩-١٢) سنة (الصف الرابع والخامس والسادس الابتدائى) :

- النمو لا يكون سريعاً فى هذه المرحلة مما يساعد على زيادة التوافق العضلى العصبى والقدرة على التحكم ، ومن أهم ما يميز به الطفل فى هذه المرحلة هى سرعة استيعابه وتعلُّمه للحركات الجديدة ، وهو يعشق البطولة ومحاولة تقليد الأبطال فى الألعاب المختلفة ، وتظهر الفروق بين الجنسين فى الميول والرغبات والقدرات الجسمية .

- تعتبر هذه الفترة هى الفترة المثلى للتعلُّم الحركى كما أنها

أحسن المراحل السنية لتعلم مختلف المهارات والقدرات الحركية ،
وينصح علماء التربية بأن هذه المرحلة هي المناسبة للتخصص
الرياضي المبكر في معظم أنواع الأنشطة الرياضية .

- يكون نشاط التلاميذ في هذه السن كبير وزائد بسبب زيادة
حجم القلب والرئتين وهم لا يثابرون على عمل إلا إذا كانوا يميلون
اليه ، ويظهر الاعتماد على النفس والرغبة في الاستقلال ويزداد حب
المغامرة وحب الهرج .

- يؤثر التلاميذ بعضهم في بعض تأثيراً واضحاً ، ولذلك كان من
الواجب تكوين الجماعات المتجانسة وتنظيم الفرق الرياضية ، وهم في
هذه السن قابلون للانتماء .

البرامج وطريقة التدريس :

- يجب تربية القوام المعتدل وصيانة الجسم من التشوهات عن
طريق التمرينات الرياضية البسيطة التي تتناسب مع هذه المرحلة ،
وتعليم الأوضاع الأصلية والمشتقة ثم التمرينات التي تظهر فيها القدرة
الشخصية الفردية للتلميذ ، كالقوة ، الرشاقة والوثب والتوازن وتبدأ
التمرينات بأخذ الصيغة الشكلية في تعليمها .

- تعلم المهارات الأولية والألعاب التمهيدية للألعاب الكبيرة ككرة
السلة وكرة القدم والكرة الطائرة .

- تعليم مهارات ألعاب القوى وتحتوى على الوثب العالى والوثب
الطويل والوثبة الثلاثية والجرى بأنواعه مع بعض سباقات التتابع .

- تعليم بعض مهارات الجمباز كالدرجة الأمامية والخلفية
والعجلة والوثب من فوق الصندوق المقسم أو المهر .

- تعليم بعض مهارات السباحة إذا تواجد حمام سباحة طريقة
واحدة على الأقل كالطفو وسباحة الصدر .

وهكذا نجد أن هذه المرحلة مهمة جداً فهي تعتبر نقطة التحول في

حياة التلميذ رياضياً - ففيها يوجه ويتعلم ويمارس ويتقن الألعاب التمهيدية للألعاب الكبيرة .

ويكون النداء هنا نداءً لفظياً صحيحاً معبراً قاطعاً مع إعطاء نموذج للحركات التي سيؤديها التلاميذ ، ويكون درس التربية الرياضية بأقسامه هو المادة العلمية الصحيحة لهذه المرحلة مع مراعاة التدرج من السهولة الى الصعوبة .

رابعاً : مرحلة البلوغ من (١٢-١٥) سنة :

- وهي مرحلة المراهقة المبكرة تمتد هذه المرحلة من سن ١٢ سنة الى سن ١٥ سنة وفي هذه المرحلة تظهر الخصائص الجنسية كما تنمو وظيفة التناسل ، وتتميز بالنمو الغير منتظم وبعدم التناسق بين نمو العظام والعضلات ، ويضعف التوافق العضلى العصبى لذلك يقل التحكم عند الناشئين فى حركاتهم . وتبدأ فى هذه الفترة مشكلات القوام فى الظهور .

- يزداد حجم القلب ولكن بنسبة غير متعادلة مع الشرايين فيختل التوازن للجسم لذا يجب تجنب النشاط الرياضى العنيف .

- تعتبر هذه المرحلة مرحلة التفكك الحركى . لذا يجب المحافظة على ما تعلمه التلميذ فى المرحلة السابقة علماً بأن النمو عند البنات يكون أسرع منه عند الأولاد .

ظهور صفات البلوغ تعمل على ظهور تغيرات فسيولوجية ونفسية ويصاحب ذلك اختلال فى عمل الغدد . مما يجعل الفرد سريع التأثر والانفعال قليل الصبر والجلد ينقصه المثابرة والالتزان والتقليد والعمل . ويصبح الفرد سريع الغضب أو الرضا - والحزن أو الفرح شديد الملل .

- يعمل الناشئ على ارضاء جماعته وتدعيم مركزه فيها بزيادة مساهمته فى ألوان النشاط المدرسى المختلفة .

- يبحث عن المثل العليا والقيّم الاجتماعية ، سريع التغير يميل للضعف يهتم بجسمه وملبسه وناقته .

- تزداد قوة العواطف وأحلام اليقظة وشدة القلق النفسى مع ضعف القدرة على فهم وجهة نظر الكبار وضيق الصدر للنصيحة .

البرامج والأنشطة :

تشمل البرامج والأنشطة الأعمال الآتية :

- تمارينات بدنية تعتنى بالقوام وتكسبهم اللياقة البدنية وتنمى التوافق العضلى العصبى .
- حركات رشاقة ومرونة تعمل على اكتسابهم المرونة والرشاقة وتنمى التوافق العضلى العصبى .
- ألعاب صغيرة تمهيدية لاكتساب اللياقة لممارسة الألعاب الكبيرة ككرة القدم والسلة .
- مسابقات فى ألعاب القوى كالجري والوثب والرمى .
- تعليم السباحة إن وجدت الامكانيات .
- والنداء يكون شكلى منظم يعمل على توحيد الحركات ويعطى الحرية لأداء الحركات بطريقة صحيحة ، مع اعطاء الفرصة للتلاميذ بحرية للتنفيذ .

الفصل الثالث

طرق تعليم المهارات الحركية

- تعريف الطريقة .
- اعتبارات يجب مراعاتها .
- الطرق المستخدمة فى تدريس مادة التربية الرياضية .
- الطريقة العامة لتعلم المهارات الحركية .
- الطريقة المباشرة - الغير مباشرة - المباشرة - المقيدة - الكلية - الجزئية - الكلية الجزئية - الجزئية الكلية الجزئية - الجزئية المتدرجة - الاستجابة للنداء - المحاضرة - طريقة المشروع - استخدام الزميل - استخدام جماعة صغيرة - البرنامج الفردى - الاستكشاف الموجه - حل المشكلة - طريقة الوحدات وكيفية تنفيذها .
- نماذج لوحات تعليمية - وكيفية تنفيذها .

الفصل الثالث

طرق تعليم المهارات الحركية

تعريف الطريقة :

الطريقة ما هي إلا الوسيلة التي تتبع للوصول الى تحقيق الأهداف التربوية أى أنها الخطوات التي يستخدمها المدرس والتي عن طريقها يكتسب التلاميذ النتائج المطلوبة من الدرس . وهي تشمل مجموعة الاجراءات والأنشطة التي يقوم بها المدرس لتحقيق الهدف من الدرس فى أقل وقت وأقل جهد .

وليست هناك طريقة مثالية ولكن يمكن تحقيق أهداف الدرس بأكثر من طريقة ، ومعلم التربية الرياضية هو الذى يحدد أية طريقة تستخدم فى تعليم كل جزء من الدرس وأيها يحقق نتائج أكثر من غيرها .

وفى جميع الأحوال فإن نجاح طريقة ما وتحقيقها لأهدافها يتوقف على عدة اعتبارات نجمالها فيما يلى :

- أن يكون المعلم مدركاً للأهداف التي يسعى اليها والى تحقيقها من خلال الطريقة المستخدمة . فوضوح الهدف يساعد على تحقيقه ونحن نفضل أن يتبين للتلميذ الهدف مما يتعلمه وأن يكون هذا الهدف محدداً واضحاً .

- أن يكون المعلم مدركاً لخبرات تلاميذه ومستوياتهم وما يوجد بينهم من فروق فردية ، فإذا كانت الطريقة أعلى من مستوى التلاميذ فإنها لن تساعد على استثارة دوافعهم ليتعلمها وهو شئ أساسى فى عملية التعلم مع مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ فما قد يصلح لتلميذ أو مجموعة قد لا يصلح لتلميذ آخر أو مجموعة أخرى .

- أن يكون المعلم مدركاً لطبيعة المادة التي يقوم بتدريسها

وبالنسبة للتربية الرياضية يجب أن تعمل الطريقة على اكتساب التلاميذ للحقائق والمعلومات الخاصة بالنشاط الرياضى علاوة على تمرين التلاميذ عليه حتى يتحقق الهدف من تعلمها كاملاً .

- أن يكون المعلم مدركاً لمختلف مصادر التعلم التى يمكن استخدامها فى التدريس فمعرفة بها تيسر له استخدام الطريقة أو الطرق المناسبة وكثيراً ما نجد أغلب المدرسين يعتمدون على مصدر واحد وهو الكتاب المدرسى دون الاعتماد على مصادر أخرى يمكن أن يستفيدوا منها ولا يقف الأمر عند حدود المدرس بل يجب تشجيع التلاميذ باستمرار عن البحث عن مصادر مختلفة ومتنوعة تفيد تعلمهم .

- أن يكون مدركاً للعلاقة بين طريقة التدريس المستخدمة وبين ما يمكن تنفيذه من نشاط مدرسى . فطريقة التدريس لا تقوم بذاتها وإنما تحتاج الى امكانيات ووسائل . والتربية الرياضية تحتاج الى أجهزة معينة وأدوات فنية تمارس فيها أنشطتها . ولن يتحقق أهدافها إلا إذا توافرت هذه الأجهزة والأدوات والامكانيات .

- أن تستثير الطريقة دوافع التلاميذ للعمل ، وتولد لديهم الاهتمام الذى يدفعهم الى بذل الجهد لتحقيق الأهداف المأمولة .

- أن تساعد الطريقة التلاميذ على ممارسة مواقف التعلم بأنفسهم . فكما أن الدافع شرط من شروط التعلم فالممارسة شرط آخر . فإذا كنا نريد أن يتعلم التلميذ السباحة مثلاً ، فلا بد له من ممارسة هذه المهارة لأن الشرح النظرى لا يعلم التلميذ السباحة أبداً .

- أن تساعد الطريقة التلاميذ على تقويم أنفسهم بأنفسهم ودراسة النتائج التى يصلوا اليها نتيجة تعلمهم والحكم عليها . وفى التربية الرياضية من الأفضل أن يتعرف التلميذ على المستوى الذى يصل اليه والنتائج التى حققها حتى يدرك مستواه الفعلى ومعرفة نواحي القوة والضعف فى تعلم رغبة الارتفاع بهذا المستوى .

الطرق المستخدمة فى تدريس مادة التربية الرياضية والمهارات :

- ان المفهوم الحديث للتربية الرياضية يستبعد استبعاداً تاماً
امكانية تسجيل بيان يشكل الطرق الممكنة لتدريس أوجه النشاط
الحركى .

١ - الطريقة العامة لتعلم المهارات الحركية :

كل الطرق العامة يمكن استخدامها ليتعلم المهارات الحركية .
وتوجد طرق خاصة لتعليم أوجه النشاط المختلفة وتختلف الطرق من
نشاط الى آخر ، فالطرق الخاصة بتعليم التمرينات الرياضية تختلف
من الطرق الخاصة بتعلم السباحة مثلاً ، ولو نظرنا الى التعليم بوجه
عام نجد أنه يتبع الخطوات المنطقية الآتية :

- ١- الشرح اللفظى (المتعلم يسمع ويفكر) .
 - ٢- تقديم نموذج للحركة (المتعلم يشاهد ويفكر) .
 - ٣- قيام المتعلم بالحركة تحت اشراف المدرس (بالعدد - اصلاح
الأخطاء) (المتعلم يمارس ويكتشف) .
 - ٤- تدريب المتعلم على الحركة أو تكراره لأدائها (لتثبيت المهارة
المكتسبة) .
 - ٥- التقدم بالحركة وذلك بإضافة حركات أخرى مع زيادة الدقة فى
الأداء وعموماً يمكن تقسيم طرق التدريس الى ثلاث أنواع رئيسية .
- ### أولاً : الطريقة المباشرة :

وفيهما يتم اختيار وتحديد الأنشطة من جانب المعلم بنسبة ١٠٠٪
ولا يتدخل التلميذ فى أى شئ إلا التنفيذ طبقاً لتعليمات المعلم . وهذه
الطريقة هى المتبعة حالياً فى المدارس حيث يتم اعداد درس التربية
الرياضية عن طريق المعلم ويقوم التلميذ بتنفيذ كل ما يطلب منه
وبالطريقة التى يريدتها المدرس نفسه أى أنها عملية تلقين وتكليف
واملاء بدلاً من كونها عملية انطلاق وتعبير حيث أنها تفتقر الى اعطاء
فرص الاستكشاف والابتكار من جانب التلاميذ . ورغم هذا فإنها يمكن

للمعلمين الجدد من تثبيت أقدامهم وحسن السيطرة على الفصل .
ويمكن من خلالها توجيهه الشرح للفصل كله لمعرفة الخطوات الأولية
لتنفيذ المهارات الحركية مثل (الدحرجة الأمامية فى الجمباز أو
تصويب الكرة على المرمى فى كرة القدم) .

ثانياً : الطريقة غير المباشرة :

وفىها يقوم التلاميذ باختيار الأنشطة والمهارات طبقاً لقدراتهم
البدنية والعقلية وهذه الطريقة تساعد التلاميذ على الاستكشاف
والتجريب وتنمية صفات المبادأة واعطائهم الثقة بأنفسهم خصوصاً
عندما يستخدم الأجهزة والأدوات ويتعامل معها بحرية . كما أنها
تعطى المعلم فرصة اكتشافه لميول التلاميذ ما يحبونه وما لا يحبونه
وما يعرفونه وما لا يعرفونه ، ويكون دور المعلم مرشداً وموجهاً وليس
ناقلًا للمعلومات . ويمكن استخدام هذه الطريقة فى الأنشطة الحرة ،
أو فى المشروعات كالأيام الرياضية ومسابقات الجرى وخلافه ، وفى
يقوم كل تلميذ بالاشتراك فى المشروع حسب قدراته مع مراعاة
الفروق الفردية لكل تلميذ .

ثالثاً : الطريقة المقيدة :

تعتبر مزيج بين الطريقة المباشرة وغير المباشرة ، وفى
التلاميذ أحراراً فى التدريب فى نطاق هذه القيود الموضوعية من جانب
المدرس ، فهو يحدد نوع النشاط المطلوب ممارسته ويترك للتلاميذ
حرية أدائه وفقاً لسابق خبرتهم أو حدود معلوماتهم ، فمثلاً ، فى
النشاط التطبيقي يحدد المعلم نوع النشاط كالتمرير فى كرة القدم أو
كرة السلة ويترك للتلاميذ حرية التدريب والأداء سواء كان التمرير
من أعلى أو من أسفل أو تمريره بباطن القدم أو بوش القدم الخارجى .
وهذه الطريقة تساعد على الاستكشاف والتجريب والانطلاق وإظهار
خلفية كل تلميذ ومقدرته وسابق خبرته ، ولهذا فهى تعتبر طريقة
تربوية نفسية تراعى الفروق الفردية وتظهر المواهب التى تحتاج الى
رعاية وتوجيه .

مما تقدم يتضح أنه لا يمكننا تمييز طريقة عن طريق أخرى ، فكل

نشاط من أنشطة التربية الرياضية يدرس بطريقة تتناسب مع هذا النشاط .

فالطريقة التى تستخدم فى التمرينات البدنية مثلاً لاتستخدم فى النشاط التعليمى أو النشاط التطبيقي ، فلكل طريقة مناسبة له . ولقد ظهر خلال السنوات الأخيرة اهتمام ملحوظ لدراسة الوسائل الفنية التى يمكن بها تنظيم المادة الدراسية لتقديمها الى المتعلم ، وقد ظهرت أهمية التركيز على موضوع التعلم الكلى مقابل التعلم الجزئى .

من أمثلة ذلك ، أيهما أكثر اقتصاداً للوقت أن تعلم إحدى المهارات كوحدة كاملة أم بتقسيمها الى أجزاء ؟ فمثلاً فى تعليم لعبة كرة القدم هل تنمى أولاً مهارات التمرير والمحاورة والتسديد على الهدف أم نبدأ بموقف اللعب الفعلى ؟ ومثال ذلك فى التعلم الحركى ، فإذا كان على الفرد أن يتعلم ضربة الارسال من أعلى فى الكرة الطائرة بطريقة الكل فلا بد من جعل المعلم يدرك عملية الارسال من أعلى عن طريق تقديم شرح نظرى ونموذج عملى وربما عن طريق شريط سينمائى أو مشاهدة فعلية للاعبين يؤدون هذه المهارة ، ثم عليه بعد ذلك أن يتدرب على رمية الارسال من أعلى ككل .

أما التعلم الجزئى فى التعلم الحركى فيشير الى خطة يركز فيها التدريب على مظهر معين من عملية التعلم حتى يتم استيعابه جيداً ، قبل تقديم أجزاء أخرى من العملية كلها . فمثلاً فى تعليم نفس المهارة السابقة (ضربة الارسال من أعلى) فى الكرة الطائرة فلا بد أولاً أن يتدرب على رمى الكرة عالياً فى الهواء حتى تتم هذه العملية بصورة جيدة وبعد ذلك عليه أن يتدرب على نقل الجسم ، ثم أرجحة الذراع المقابلة . وعندما يتعلم الفرد جميع أجزاء رمى الارسال فعليه أن يتدرب بعد ذلك عليها بصورة متكاملة موحدة ككل .

١- الطريقة الكلية :

دل التجريب على أن الطريقة الكلية تفضل الطريقة الجزئية حين لاتكون المادة طويلة أو صعبة ، وحين تكون لها وحدة طبيعية أو تسلسل منطقي . فتعلم مهارة (الشقلبة الجانبية على اليدين مع ربيع

لفة فى اتجاه الجرى) (جمباز أرضى) لا يمكن تجزئتها لأن الجسم يكون فى الهواء وفى تسلسل منطقى لأداء الحركى . وهذه الطريقة تسمح للتلميذ أن يدرك العلاقة بين أجزاء جسمه ووضعه الزمانى والمكانى وذلك عن طريق خلسة النظر . وهذا الاحساس لا يمكن ادراكه إلا إذا كان أداء الحركة متصل . كما أن هذه الطريقة تصلح مع المستوى الناضج من التلاميذ ، أو الذين يمتازون بنسبة ذكاء مرتفعة أو عند تعلم مهارة بسيطة يمكن لجميع التلاميذ استيعابها مرة واحدة كالدرجة الأمامية مثلاً .

٢- الطريقة الجزئية :

إن تجزئة الكل من المحتمل أن يكون ضرورياً عندما يكون النشاط الحركى معقداً يمكن تقسيم الى عدة وحدات أصغر تمكن المتعلم من تحسين استجابات معينة ، فلو أننا اقتصرنا فى التعليم على أسلوب الكل فقط فسوف يتكرر ولا شك التدريب على الاستجابات غير الصحيحة أو الخاطئة ، وإذا لم تصح هذه الأخطاء مبكراً فسوف يثبت تعليمها ويصبح من الصعوبة معالجتها والإقلاع عنها فيما بعد ، فمثلاً عند تعليم مهارة كرة القدم ، يتم تعليم التمرير بأنواعه ثم إيقاف الكرة ، ثم التصويب ، ثم المراوغة ، ثم خطط اللعب ، ولا يتم الانتقال من جزء الى آخر إلا بعد إتقان الجزء الأول .

٣- الطريقة الكلية الجزئية:

يستخدم فى مواقف كثيرة حيث يقدم النشاط فيها للتلاميذ لأول مرة ككل ثم يتم التدريب بعد ذلك على أجزاء معينة تظهر الحاجة للتدريب عليها أثناء الممارسة ككل ، ويستخدم بطريقة الكلية - الجزئية كثيراً فى تعليم المبتدئين السباحة ، حيث لا بد للتلميذ أن تأخذ فكرة شاملة عن السباحة ككل قبل صقل حركات الذراعين أو ضربات الرجلين أو التنفس .

٤- الطريقة الجزئية - الكلية - الجزئية:

وهى تشابه الطريقة الكلية الجزئية ، فيما عدا أن التعديل للخلف والأمام يحدث بانتظام أكثر . وفى هذه الطريقة يتم التدريب على

المهارات الأساسية ثم الممارسة للنشاط ككل ، ثم العودة ثانية للتدريب على المهارات الجزئية ، وهذا أسلوب أفضل من التدريب المنحصر على مهارات معينة ولكن فى بعض الأحيان نوجه عناية محددة على تحسين مستوى المهارات الضعيفة .

٥- الطريقة الجزئية المتدرجة :

وفيهما يتم التدرج فى تجميع وربط الأجزاء المنفصلة للنشاط ، فمثلاً لو استخدمت هذه الطريقة فى تعليم كرة السلة مثلاً ، فلا بد للتلاميذ من أن يتعلموا أولاً التمرير ثم مهارة أخرى كمهارة التنظيط ، ثم لا بد من تجميع هاتين المهارتين فى نشاط واحد ثم يتم التدريب على مهارة الثالثة كالتصويب بطريقة السلم . ثم تجمع المهارات الثلاثة معاً فى نشاط واحد بينهما كالتصويب بالطريقة التى تم التدريب عليها .

٦- طريقة الاستجابة للنداء :

وتستخدم هذه الطريقة فى المواقف التى تتطلب تدريباً أو أداءً موحداً كالتمرينات الاستعراضية والعروض الرياضية التى تقام فى المناسبات العامة حيث تؤدى الحركات تبعاً للأوامر والنداءات من قبل المسئولين .

٧- طريقة المحاضرة :

وتستخدم لتقديم المعلومات المتصلة بالبرامج النظرية . ويجب أن تعد بعناية خاصة وأن تلخص لهم المادة المتصلة بالمحاضرة مع استخدام كافة الوسائل الممكنة التى تستميل التلاميذ كالصور والرسومات والمجسمات إلخ .

مثل محاضرة كيفية تخزين الأدوات الرياضية ، أو كيفية اعداد الملاعب ، وعندما ظهرت المناهج الحديثة التى نادت بالتركيز على التلميذ بدلاً من التركيز على المواد الدراسية كان لا بد من تطوير طرق وأساليب التدريس حتى نتخلص تدريجياً من تلك الأساليب التقليدية المنطقية . وتستخدم الأساليب الوظيفية التى تراعى الأسس النفسية للتلاميذ ، بعيداً عن النداءات الشكلية التى تجعل المدرس هو الشخص المسيطر الأمر الناهى والتلميذ هو المؤدى المنفذ .

١- التدريس من خلال مهمة أو تكليف بعمل (المشروع) :

يتم تحرير ممارسة الفصل بصورة تدريجية من الجمود والتقييد السلبي إذ يسمح هذا الأسلوب ببعض الحرية للتلاميذ في أثناء مرحلة التنفيذ ، أما القرارات التي تتخذ من قبل المدرس (تحضير الدرس) طبقاً للخطة الموضوعية فيتم التحرر منها أثناء مرحلة التنفيذ . فيمكنهم أداء المهارة المطلوبة بمعرفتهم دون حاجة للنموذج أو أداءها بصورة مختلفة تنبع من داخل التلاميذ أنفسهم وفقاً لمدى معرفتهم وسابق خبرتهم ، وهنا نجد أنفسنا قد تخلصنا من الأداء الموجه الذي يعمل فيه كل التلاميذ نفس الحركات في وقت واحد وبصورة موحدة وكل حسب قدراته مثل تمرير الكرة - تنطيط الكرة - عمل مرجحات ، ويكون دور المعلم ارشاد وتوجيه . وهى تعتبر بداية نحو التعليم الذاتى الذى نوجو تحقيقه .

٢- استخدام الزميل :

يتم استخدام الزميل بصورة متبادلة متكافئة لتصحيح الأخطاء وتقديم المساعدة وتوفير عامل التثبيت عندما يؤدى المهارة بشكل صحيح . وقد يكون من أسباب استخدام هذا الأسلوب أن المدرس بمفرده لا يستطيع ملاحظة الأداء المباشر لجميع التلاميذ فى الفصل ولذا يسند المدرس تصحيح الأخطاء والمساعد الى التلميذ الزميل . لكى ينجح هذا الشكل فى التدريس لا بد من زيادة الثقة بين التلميذ والمدرس وتدريب التلاميذ على تصحيح الأخطاء فمثلاً تلميذ يقوم بعمل تمرين رقود ثنى الجذع والآخر يقوم بتصحيح الأخطاء والعد للتلميذ الأول . فهذه العملية واستخدام هذا المنفذ إنما يعنى تغييراً سلوكياً من جانب المدرس وتعويد التلاميذ أن يعتمدوا على أنفسهم فى عمليتى التنفيذ والتقويم .

٣- استخدام جماعة صغيرة :

هذه الطريقة هى امتداد لشكل استخدام الزميل حيث تتكون الجماعة من ثلاثة أو أربعة تلاميذ يساهمون معاً وتبادلياً بالأداء

والملاحظة وتصحيح الأخطاء وتسجيل الأرقام والأزمنة وعدد مرات التكرار عند تأدية مهارة من المهارات ، كالمسابقات وأداء التمرينات . ويمكن استخدام هذا الشكل فى الفصول الكبيرة العدد والمحدودة الامكانيات . كما أنها تساعد على تنمية مفهوم العلاقات الاجتماعية بين التلاميذ .

٤ - استخدام البرامج الفردية :

يستخدم البرنامج الفردى فى التربية الرياضية لتوفير فرصة كاملة للتعلم الذاتى ، الذى يعطى التلميذ الاستقلال فى العمل - ففى التعليم المتبادل يستخدم التقويم من الزميل وتوفر فيه القياس الفورى ، وكذلك فى البرامج الفردية ثم تحويله الى القياس الذاتى . وبذلك يقوم التلميذ بعملية التنفيذ والتقويم أى يصبح قريباً من التعلم الذاتى ، الذى نحاول الوصول اليه ، ولكون دور المدرس هنا موجهاً ومرشداً وتتمثل هذه البرامج فى التربية الرياضية فى نظام المحطات ...

٥ - الاستكشاف الموجه :

يستخدم فيها المدرس ألفاظ التساؤل مع عدم ذكر الاجابات أو الحل بل يدفع التلميذ ليسعى وراء الحل والإجابة من التساؤل . انما تأتى الاجابة من جانب التلميذ مثل من يعرف يلعب الجمباز ؟ أو يحضر المدرس ثلاثة كرات مختلفة كرة قدم - كرة سلة - كرة يد ويسأل المدرس : « من يعرف يلعب بالكرة ده ؟ » ، وهنا يظهر رغبة التلميذ فى اللعب بالكرة حسب اللعبة المحببة له ، ويكون دور المدرس اكتشاف المواهب وتوجيهها .

٦ - حل المشكلة :

تعتبر المستوى الثانى فى عملية الاستكشاف وفيه لا يوفر المدرس مفاتيح الحل للمشكلة ويترك للتلميذ البحث عن الاجابة بالكامل والغرض الأساسى بهذا الشكل هو تشجيع التلاميذ على البحث والتقصى . ويصبح التلميذ فى أمس الحاجة الى التشجيع ويتمثل ذلك فى اقامة الأيام الرياضية أو المسابقات التى تحتاج الى تخطيط وتنفيذ وتقويم .

٧- طريقة الوحدات :

وقد تعمدت أن يكون فى آخر المجموعة لما أثار مفهوم الوحدات الدراسية فى السنوات الأخيرة جدلاً كثيراً دار حول تحديد مفهومها ، وهل هى منهج أم طريقة لتنظيم المنهج أم أسلوباً جديداً فى التدريس ؟ . فقد اختلفت الآراء منذ عرفها موريسون Morison بأنها (بعض عناصر أو مظاهر البيئة أو العلوم المنظمة أو الفنون أو السلوك والتي لها دلالتها وأهميتها ، ويؤدى تعلمها الى تعديل وتغير فى الشخصية ، أى أنها (متسق يدور حول بعض ميادين الخبرة الانسانية ذات الأهمية والدلالة) وترى لورينا ستريش Lorina Setrech ان الوحدات هى تنظيم خبرات المقرر الدراسى ووضعه فى تقسيمات كبيرة وشاملة ترتبط بعضها ببعض وذلك لما بينها من علاقات . وهى تقدم للتلاميذ بأسلوب ينمى لديهم الاتجاهات والقدرات والمهارات الصحيحة .

والوحدة فى التربية الرياضية تحتوى على تمرينات لتحسين اللياقة البدنية ومهارات فى الجيمباز وألعاب القوى والألعاب الجماعية ككرة القدم مثلاً (تمرير الكرة بالطرق المختلفة - صد الكرة بالطرق المختلفة ... المراوغة خطط اللعب ... إلخ) .

ويراعى عند تنفيذ الوحدة استغلال أقصى ما يمكن استخدامه من الأدوات والامكانيات خلال الاحماء العام والخاص ، واعطاء ألعاب صغيرة تخدم النشاط التعليمى ، كما يراعى زيادة الحمل حسب مستوى التلاميذ - ويترك للمدرس حرية التشكيلات حسب مساحة الملعب ، وحرية الابتكار فى التنفيذ ، هذا بالإضافة الى مراعاة الانتقال من مجموعة الى مجموعة داخل الوحدة فى تسلسل منطقي من السهل الى الصعب ، وفى ترتيب بحيث تخدم كل مجموعة المجموعة اللاحقة بها وتحدد لكل وحدة أهداف عامة معرفية ومهارية - ووجدانية ولكل مجموعة أهداف سلوكية إجرائية .

وجميع هذه الطرق الحديثة جعلت التلميذ هو محور الاهتمام وتغير مفهوم عمل المدرس وتحريكه من مركز التحكم واعطاء الأوامر الى مرشداً وموجهاً واعطاء التلاميذ الفرصة كاملة لتحمل المسئولية وتعويده عملياً وجعله يعتمد على نفسه ، ويعلم نفسه بنفسه لتحقيق مبدأ التعلم الذاتى بدلاً من اعتماده على معلم يقوم بتعليمه ...

أهداف الوحدة التعليمية :

حددت للوحدات أهداف عامة معرفية ، مهارية ، وجدانية ، أما الأهداف السلوكية فهي محددة لكل مجموعة من المجاميع المرتبطة للوحدة التعليمية وسيذكر فيما بعد الأهداف العامة للوحدة التعليمية :

أولاً : الأهداف العامة المعرفية :

- يوضح التلاميذ معلومات مرتبطة بالصحة العامة والعناية بالقوام.

- يشرح التلاميذ قدر معين من المعلومات المرتبطة بالجمباز .

- يشرح التلاميذ المعلومات والمعارف فى كرة القدم .

ثانياً : الأهداف المهارية :

- يقيس التلاميذ عناصر اللياقة البدنية للتلاميذ (القوة العضلية - السرعة - الدقة - المرونة - الرشاقة - التحمل) .

- يؤدى التلاميذ مهارات لعبة الجمباز .

- يؤدى التلاميذ مهارات اللعب فى كرة القدم .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية :

- يبدى التلاميذ اهتمامهم نحو أنشطة منهج التربية الرياضية .

- يظهر التلاميذ الوعى السليم نحو درس التربية الرياضية .

- يدرك التلاميذ دور التخطيط عند القيام بأى عمل مع الابتكار .

محتوى الوحدة :

يشمل محتوى الوحدة اعطاء تمرينات لتحسين اللياقة البدنية ثم تدريس المهارات التالية فى الجمباز (الدحرجة الأمامية من الجرى ، الدحرجة الخلفية ، الدحرجة الجانبية - الوقوف على اليدين - العجلة من الثبات) والمهارات التالية فى كرة القدم (تمرير الكرة بالطرق المختلفة - صد الكرة بالطرق المختلفة - استخدام الرأس والصدر فى التمرير والصد - التصويب على الهدف - المراوغة والخداع .

تنفيذ الوحدة :

يراعى فى تنفيذ الوحدة استغلال أقصى ما يمكن استخدامه من الأدوات والامكانيات خلال الاحماء العام والخاص ، كذلك اعطاء ألعاب صغيرة تخدم النشاط التعليمى كما روعى زيادة عدد تكرارات التمرينات حسب مستوى التلاميذ لزيادة الحمل وأيضاً يترك للمدرس حرية التشكيلات حسب مساحة الملعب ، كذلك حرية الابتكار فى تنفيذ التمرينات .

بالاضافة الى مراعاة الانتقال من مجموعة الى مجموعة داخل الوحدة فى تسلسل من السهل الى الصعب ، ونى ترتيب بحيث تخدم كل مجموعة المجموعة السابقة لها واللاحقة أيضاً وهكذا فى باقى الوحدات التعليمية الأخرى .

التقويم :

ان التقويم ضرورى لكل وحدة ، وهو عملية مستمرة تسير مع سير الوحدة كلها كجزء لا يتجزأ منها ، ولذلك أصبح يرتبط بكل ناحية فيها ، وبكل ناحية تتصل بها .

ومن أساليب التقويم التى استخدمت من خلال هذا البحث الملاحظة والاختبارات العملية . فعن طريق الملاحظة يحدد المدرس النواحى أو الصفات التى يهتم بها والتى يمكن بواسطتها أن يتابعها .

أما الاختبارات العملية ، فهى من أهم الأنواع المستخدمة فى مجال التربية الرياضية . وهناك أنواع عديدة منها . فمنها اختبارات مقننة تهدف الى قياس عناصر اللياقة البدنية والمهارات فى بعض الأنشطة الرياضية وتهتم بقياس (القوة - السرعة - المرونة - الجلد - الرشاقة) وهى متنوعة تشمل جميع مراحل العمر ومنها جزء يقيس المهارات فى بعض الأنشطة الرياضية مثل كرة السلة ، كرة اليد وتعتمد بالمثل على القياس الكمى واعطاء درجة لتوافر المهارة لدى الفرد .

والنوع الثانى يستخدم فيها القياس الموضوعى الى جانب القياس

الذاتى ، مثل مسابقات ألعاب الميدان والمضمار والسباحة . ففى الجرى مثلاً يحدد المدرس مستوى الأداء والالتقان (التكنيك الصحيح) المطلوب ويحدد من جانب آخر نسبة الخطأ المسموح به وأقل زمن يتم فيه مسافة الجرى .

الأهداف السلوكية للمجموعة الأولى

أولاً : الأهداف المعرفية السلوكية :

- يصف التلميذ الدرجة الأمامية من الجرى .
- يشرح التلميذ الدرجة الخلفية .
- يصف التلميذ تمرير الكرة بالطرق المختلفة .
- يوضح التلميذ صد الكرة بالطرق المختلفة .

ثانياً : الأهداف المهارية السلوكية :

- يؤدى التلاميذ المهارات اللازمة لتنمية عناصر اللياقة البدنية .
- يؤدى التلاميذ مهارة الدرجة الأمامية والخلفية .
- يؤدى التلاميذ مهارة الدقة فى التمرير والتصويب فى كرة القدم .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية السلوكية :

- يتابع التلاميذ التدريب المستمر مع توضيح أهمية اللعب بالنسبة للصحة العضوية والعقلية .
- يتمسك التلاميذ بصفة القيادة واشراكهم فى التنظيم وتحديد المسئوليات مع خلق الحماس بينهم عن طريق التدريب المستمر .
- يتحقق التلاميذ من ضبط النفس وتنمية روح التعاون .
- المجموعة الأولى : تدرس لمدة ٤ حصص - ٢ أسبوع .

المقدمة :

الجرى المتنوع حول الملعب ويشمل :

- الجرى العادى .
- الجرى مع رفع الركبة .

- الجرى المتعرج .

- أو لعبة صغيرة تناسب مستوى التلاميذ وتحقق الهدف .

الاعداد البدنى :

(وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً .

(وقوف فتحاً ، الذراعين أماماً) ثنى الجذع أماماً أسفل والضغط .

(وقوف فتحاً ، انثناء عرضاً) ضغط المنكبين خلفاً .

(وقوف) المرجحة العمودية مع رفع العقبين .

(جلوس على أربع) قذف الرجلين خلفاً .

(جلوس تربيع) ثنى الرقبة جانباً .

(وقوف فتحاً . لمس الرقبة) ضغط المرفقين خلفاً .

النشاط التعليمى :

- الدحرجة الأمامية من الجرى ٢ حصة .

- الدحرجة الخلفية ٢ حصة .

- تمرير الكرة بالطرق المختلفة ٢ حصة .

- صد الكرة بالطرق المختلفة ٢ حصة .

النشاط التطبيقي :

- عمل منافسات لتطبيق مهارة الدحرجات والتدريب على طريقة السند .

- عمل منافسات لتطبيق مهارتى التمرير وصد الكرة بالطرق المختلفة .

النشاط الختامى :

- (وقوف) رفع العقبين وتأدية الصيحة .

- تقويم نتائج الدرس .

- الاصطفاف للاغتسال والرجوع الى الفصل .

وفيما يلى وصف للتخطيط المقترح للمجموعة .

الأهداف السلوكية للمجموعة الثانية

أولاً : الأهداف المعرفية السلوكية :

- يصف التلميذ الدرجة الجانبية .
- يشرح التلميذ الوقوف على اليدين .
- يصف التلميذ تمرير كرة القدم بالرأس والصدر .
- يشرح التلميذ التصويب على الهدف بعدة طرق .

ثانياً : الأهداف المهارية السلوكية :

- يؤدي التلاميذ مهارة الدرجة الجانبية .
- يؤدي التلاميذ مهارة الوقوف على اليدين .
- يستخدم التلاميذ الرأس والصدر في التمرير والصد لكرة القدم .

- يؤدي التلاميذ مهارة التصويب على الهدف بعدة طرق .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية السلوكية :

- يؤمن التلاميذ بممارسة الأنشطة الرياضية المتنوعة التي تؤدي الى تحسين الصحة العضوية والعقلية - والانفعالية .
- يصف التلاميذ الأسلوب الصحيح لتنفيذ العمل .
- يساهم التلاميذ في عمل نماذج للمهارات الحركية المحددة للمنهج .

المجموعة الثانية : تدرس لمدة ٤ حصص - ٢ أسبوع .

المقدمة :

الجرى المتنوع حول الملعب ويشمل :

- الجرى العادى .
- الجرى مع رفع الركبة عالياً .
- الجرى المتعرج .
- الجرى بالجانب .

أو لعبة صغيرة حسب مستوى التلاميذ ومساحة الملعب تحقق

الهدف .

- أو جرى الموانع .

الاعداد البدنى :

- (وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً ثم جانباً عالياً .
- (وقوف فتحاً ، الذراعين عالياً) ثنى الجذع أماماً أسفل والضغط ثم المد عالياً والضغط خلفاً .
- (وقوف فتحاً ، انثناء عرضاً) ضغط المنكبين ثم قذف الذراعين جانباً والضغط .

- (وقوف) المرجحة العمودية مع رفع العقبين وثنى الركبتين .
- (جلوس جثو - الذراعين عالياً - ميل) ضغط الصدر أماماً أسفل .

- (جلوس - جثو) ثنى الرقبة جانباً .

النشاط التعليمى :

- الدحرجة الجانبية ٢ حصّة .
- الوقوف على اليدين ٢ حصّة .
- استخدام الرأس والصدر فى التمرير والصد فى كرة القدم ٢ حصّة .
- التصويب على اهدف بعدة طرق ٢ حصّة .

النشاط التطبيقي :

- عمل منافسات لتطبيق مهارتين الدحرجة الجانبية والوقوف على اليدين والتدريب على طريقة السند .
- عمل منافسات لتطبيق استخدام الرأس والصدر فى التمرير والصد .

- عمل منافسات لتطبيق التصويب على الهدف بدقة بعدة طرق .

النشاط الختامى :

- (وقوف) رفع العقبين وتأدية الصيحة .

- تقويم نتائج الدرس

- الاصطفاف للاغتسال والرجوع الى الفصل .
وفيما يلي وصف للتخطيط المقترح للمجموعة الثانية .

الأهداف السلوكية للمجموعة الثالثة

أولاً : الأهداف المعرفية السلوكية :

- يصف التلميذ الوقوف على اليدين .
- يشرح التلميذ العجلة من الثبات .
- يصف التلميذ المراوغة والخداع فى كرة القدم .
- يراجع التلميذ مراجعة عامة لمهارات كرة القدم .

ثانياً : الأهداف المهارية السلوكية :

- يؤدى التلاميذ مهارة الوقوف على اليدين .
- يؤدى التلاميذ مهارة العجلة من الثبات .
- يؤدى التلاميذ مهارة الخداع والمراوغة فى كرة القدم .
- يؤدى التلاميذ لعبة كرة القدم بالطرق المختلفة .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية السلوكية :

- يفرّق التلاميذ بين صفات القيادة والعضوية اللازمة للحياة الديمقراطية والحكم الذاتى .
- ينظم التلاميذ تكوين فرق رياضية متنوعة فى كل فصل دراسى .

- تنمية روح التعاون والابتكار بين التلاميذ .
المجموعة الثالثة : تدرّس لمدة ٤٤ حصص - ٢ أسبوع

المقدمة :

- الجرى المتنوع حول الملعب ويشمل :
- الجرى العادى .
- الجرى مع رفع الركبين عالياً .
- الجرى المتعرج .

- الجرى بالجانب .
- الجرى مع الوثب عالياً .
- أو لعبة صغيرة تناسب مستوى التلاميذ ومساحة الملعب .
- وتحقيق الهدف .
- أو جرى الموانع .

الاعداد البدنى :

- (وقوف) - ثبات وسط) الوثب مع التقدم اماماً .
- (وقوف فتحاً - الذراعين جانباً - ميل) ضغط الذراعين جانباً .
- (وقوف فتحاً - لف الجذع جانباً مع تراخى الذراعين) .
- (جلوس على أربع) من الركبتين للوقوف على أربع .

النشاط التعليمى :

- الوقوف على اليدين ٢ حصّة .
- العجلة من الثبات ٢ حصّة .
- المروغة والخداع ٢ حصّة .
- مراجعة عامة لمهارات كرة القدم ٢ حصّة .

النشاط التطبيقى :

- عمل منافسات لتطبيق الوقوف على اليدين والتدريب على طريقة السند .

- عمل منافسات لتطبيق مهارة العجلة من الثبات .
- عمل منافسات لمهارة المروغة والخداع .
- عمل مباريات صغيرة فى كرة القدم لتطبيق جميع المهارات .

النشاط الختامى :

- (وقوف) رفع العقبين صيحة النصر .
- تقويم نتائج الدرس .
- الاصطفاف للاغتسال والذهاب الى الفصل .
- وفيما يلى وصف للتخطيط المقترح للمجموعة الثالثة .

ملاحظات عامة

المقدمة :

- يتم تدريس المقدمة طبقاً لما هو وارد فى المجموعات الثلاث بنفس النظام والتدرج .
- يتم تدريس لعبة صغيرة تحتوى على نفس المهارات السابقة حسب ما هو وارد فى كل مجموعة .
- أو جرى الموانع .

الاعداد البدنى :

- يتم تدريس الاعداد البدنى حسب ما هو وارد فى كل مجموعة على أن يقوم المدرس بزيادة الحمل مع التأكد من تأدية التلاميذ للتمرينات بطريقة صحيحة .
- تترك للمدرس حرية التشكيلات حسب مساحة الملعب والامكانات المتاحة ، ومدى استجابة التلاميذ لحصة التربية الرياضية .
- وتترك للمدرس حرية الابتكار والتنفيذ حسب امكانات المدرسة .
- قدرة تأكد المدرس من أن التلاميذ تقوم بأداء التمرينات بجدية مع شرح المدرس لمدى أهمية كل تمرين وأثره على قوام التلميذ .
- تكرار المجموعة لمدة ٤ حصص تعطى التلميذ الفرصة لاجادة التمرين والاستفادة منه والتدريب عليه خارج الحصة .

النشاط التعليمى :

- يتم تقسيم مهارة كرة القدم على مدى ١٢ حصة كالاتى :
- يتم التمرير (بمشط القدم - بمشط القدم الخارجى - الداخلى) الحصة الأولى .
- (بطن القدم كعب القدم) الحصة الثانية .
- صد الكرة (ببطن القدم - بمشط القدم) الحصة الثالثة .
- (بالركبة - بالصدر) الحصة الرابعة .
- استخدام الرأس والصدر فى التمرير والصد والحصة الخامسة والسادسة .

- التصويب على الهدف بطرق مختلفة -الحصة السابعة والثامنة .
- الخداع والمراوغة -الحصة التاسعة والعاشره .
- اعادة كاملة لمهارات كرة القدم طبقاً لملاحظات المدرس - الحصة الحادية عشر والثانية عشر .

مهارة الجمباز :

- الدحرجة الأمامية من الحرى - الحصة الأولى والثانية .
- الدحرجة الخلفية - الحصة الثالثة والرابعة .
- الدحرجة الجانبية - الحصة الخامسة والسادسة .
- الوقوف على اليدين - الحصة السابعة والثامنة .
- الوقوف على اليدين - الحصة التاسعة والعاشره .
- العجلة من الثبات - الحصة الحادية عشر والثانية عشر .

النشاط التطبيقي :

- يتم عمل منافسات لمهارات كرة القدم فى كل حصة حسب نوع المهارة المتعلمة .

- يتم عمل منافسات لمهارات الجمباز فى كل حصة حسب نوع المهارات المتعلمة والتدريب على طريقة السند .

النشاط الختامى :

- (وقوف) صيحة النصر .
- تقويم نتائج الدرس .
- تعويد التلاميذ على النظام والطاعة والنظافة والقيادة .

الوسائل التعليمية المستخدمة فى هذه الوحدة :

- مراتب سفنج - كور القدم - صور أو نماذج على التلاميذ - جبر - شباك - ملاعب .

تقويم الوحدة التعليمية :

- الملاحظة عن طريق الدرس - وتتم بالنسبة لخطة التربية الرياضية عن طريق الملاحظة ، ويتم التقويم فى نهاية الوحدة عن طريق قياسات لتحديد مدى التقدم وتسجل فى بطاقة الملاحظة .

نموذج لوحدة تعليمية
للفص السابع والثامن الأساسى

أهداف الوحدة التعليمية :

أولاً : الأهداف العامة المعرفية :

- يعرف التلاميذ مفاهيم رئيسية ترتبط بالصحة العامة والعناية بالقوام .
- يشرح التلاميذ العجلة من الجرى والتعرف على طريقة السند .
- يوضح التلاميذ طريقة القفزة على المهر . والتعرف على طريقة السند .
- يبين التلاميذ طريقة الأداء الصحيحة لجملته مكونة من حركات أرضية .
- يصف التلاميذ الوقفة الصحيحة وحركات القدمين فى الكرة الطائرة .
- يوضح التلاميذ الاستخدام السليم لأنواع التمريرات فى الكرة الطائرة .
- يعرف التلاميذ أنواع الإرسال والضربات الساحقة والدورات وبعض المعارف المرتبطة بقانون الكرة الطائرة .

ثانياً : الأهداف المهارية :

- يؤدى التلاميذ مهارة العجلة من الجرى .
- يؤدى التلاميذ مهارة القفز على المهر (الزميل) وطريقة السند الصحيحة .
- يؤدى التلاميذ الحركات الأرضية .
- يقف التلاميذ الوقفة الصحيحة مع حركة اليدين والتمرير بطرق مختلفة .
- يؤدى التلاميذ مهارة الإرسال والضربات الساحقة ، والدورات وحائط الصد .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية :

- يبدي التلاميذ اهتمامهم بالتدريب المستمر لاتقان ما تعلمه كل منهم من أنشطة المنهج .
- يحافظ التلاميذ على احترام المنافسة .
- يظهر التلاميذ الاعتماد على النفس فى الأعمال التى يكلفون بالقيام بها .
- يظهر التلاميذ التعاون بالعباء الفرق والجماعات .
- يساهم التلاميذ فى المحافظة على جميع ممتلكات المدرس وممتلكات الأفراد والممتلكات العامة وصلاحياتها .
- يشارك التلاميذ فى عمل نماذج للمهارات الحركية المحددة للمنهج .

الأهداف السلوكية للمجموعة الأولى :

أولاً : الأهداف المعرفية السلوكية :

- يصف التلاميذ خطوات تعليم العجلة من الحركة .
- يعرف التلاميذ قدم الارتقاء .
- يوضح التلاميذ الوقفة الصحيحة وحركة القدمين فى الكرة الطائرة .

- يصف التلاميذ تمرير الكرة من أعلى فى الكرة الطائرة .

ثانياً : الأهداف المهارية السلوكية :

- يؤدى التلاميذ مهارة العجلة من الحركة بطريقة صحيحة .
- يؤدى التلاميذ الدفع بقدم الارتقاء .
- يقف التلاميذ الوقفة الصحيحة مع حركة القدمين فى الكرة الطائرة .

- يؤدى التلاميذ مهارة تمرير الكرة من أعلى فى الكرة الطائرة .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية السلوكية :

- يتمسك التلاميذ بالتدريب المستمر .

- يدعو التلاميذ لاحترام المنافسة .
 - التخطيط عند القيام بأى عمل .
 - القدرة على الابتكار وحسن التصرف .
- المجموعة الأولى :

المقدمة :

- الجرى المتنوع حول الملعب ويشمل :
- الجرى العادى .
 - الجرى مع رفع الركبة عالياً .
 - الجرى المتعرج .
 - الجرى بالجانب .
 - الجرى مع الوثب عالياً .
 - الجرى خلفاً (بالظهر) .
 - أو لعبة صغيرة تتناسب مع مستوى التلاميذ ، ومساحة الملعب وتحقق الهدف .

الاعداد البدنى :

- (وقوف - ثبات الوسط) تبادل وضع الرجلين أماماً .
- (وقوف - انثناء) الذراعين جانباً مع تقوس الجذع خلفاً ..
- (وقوف فتحاً - ثبات الوسط) ثنى الجذع جانباً .
- (وقوف ثبات الوسط - على قدم واحدة تشبيك الأخرى مع رجل الزميل) محاولة شد الزميل لاخلال توازنه (:)

النشاط التعليمى :

- العجلة من الحركة .
- معرفة قدم الارتقاء والدفع لأعلى .
- أداء الوقفة الصحيحة وحركة القدمين فى الكرة الطائرة .
- تمرير الكرة من أعلى فى الكرة الطائرة .

النشاط التطبيقي :

- عمل منافسات لتطبيق العجلة من الحركة والتدريب على طريقة السند .
- عمل منافسات لمعرفة قدم الارتقاء والدفع لأعلى .
- عمل منافسات لمعرفة الوقفة الصحيحة وحركة القدمين في الكرة الطائرة .
- عمل منافسات لمعرفة تمرير الكرة من أعلى في الكرة الطائرة .

النشاط الختامي :

- (وقوف) رفع العقبين وتأدية الصيحة .
- تقويم نتائج الدرس .
- الاصطفاف للاغتسال والرجوع الى الفصل .

الأهداف السلوكية للمجموعة الثانية

أولاً : الأهداف المعرفية السلوكية :

- يتعرف التلاميذ على خطوط تعليم مهارة القفز على المهر .
- يشرح التلاميذ طريقة السند الصحيحة والتعرف عليها .
- يبين التلاميذ تمرير الكرة من أسفل في الكرة الطائرة .
- يصف التلاميذ رمية الارسال في الكرة الطائرة .

ثانياً : الأهداف المهارية السلوكية :

- يؤدي التلاميذ مهارة القفز على المهر .
- يمرر التلاميذ الكرة من أسفل في الكرة الطائرة .
- يؤدي التلاميذ مهارة الارسال في الكرة الطائرة .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية السلوكية :

- يعتمد التلاميذ على النفس .
- يساهم التلاميذ على الاشتراك في المنافسات الرياضية .

المجموعة الثانية :

المقدمة :

الجرى المتنوع حول الملعب ويشمل :

- الجرى العادى .
- الجرى مع رفع الركبتين عالياً .
- الجرى المتعرج .
- الجرى بالجانب .
- الجرى بالظهر (خلفاً) .
- الجرى مع ثبات الوسط - الوثبت أماماً .
- أو لعبة صغيرة حسب مستوى التلاميذ ومساحة الملعب وتحقيق الهدف .

الاعداد البدنى :

- (وقوف) الضغط جانباً مع رفع الذراعين جانباً .
- (وقوف انثناء) مدى الذراعين مع تقوس الجذع خلفاً ورفع العقبين .
- (وقوف مواجه ، الوضع أماماً) دفع الزميل بيد واحدة أماماً .
- (انبطاح - الذراعين جانباً) تقوس أعلى الظهر مع حفظ الذراعين خلفاً .

النشاط التعليمى :

- القفز على المهر (الزميل) وضع اليدين .
- استخدام طريقة السند الصحيحة فى القفز على المهر (الزميل) .
- تمرير الكرة من أسفل فى الكرة الطائرة .
- الارسال فى الكرة الطائرة .

النشاط التطبيقي :

- عمل منافسات فى القفز على المهر وطريقة السند (الزميل) .

- عمل منافسات فى التمرير من أسفل الكرة الطائرة

- عمل منافسات للارسال بأنواعه فى الكرة الطائرة .

النشاط الختامى :

(وقوف) رفع العقبين وتأدية الصيحة .

- تقويم نتائج الدرس .

- الاصطفاف للاغتسال والرجوع للفصل .

الأهداف السلوكية للمجموعة الثالثة

أولاً : الأهداف المعرفية السلوكية :

- يصمم التلاميذ جملة حركية أرضية فى الجمباز .

- يوضح التلاميذ طريقة تعليم الضربات الساحقة والدوران فى الكرة الطائرة .

- يشرح التلاميذ حائط الصد فى الكرة الطائرة .

ثانياً : الأهداف المهارية السلوكية :

- يؤدى التلاميذ بعض الحركات الأرضية فى الجمباز .

- يؤدى التلاميذ مهارة حائط الصد فى الكرة الطائرة .

- يؤدى التلاميذ مهارة الضربات الساحقة والدوران .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية السلوكية :

- يقترح التلاميذ استغلال وقت الفراغ .

- يتمسك التلاميذ بروح التعاون عن طريق الاشتراك فى الألعاب الجماعية .

المجموعة الثالثة :

المقدمة :

- الجرى المتنوع حول الملعب ويشمل :

- الجرى العادى .

- الجرى مع رفع الركبين عالياً .

- الجرى المتعرج .

- الجرى بالجانب .
- الجرى بالظهر .
- الجرى مع الوثب عالياً .
- الجرى مع ثبات الوسط والوثب أماماً .
- أو لعبة صغيرة حسب الملعب ومستوى التلاميذ وتحقيق الغرض .

الاعداد البدنى :

- (وقوف) الطعن أماماً مع رفع الذراعين جانباً وضغط المنكبين خلفاً .
- (وقوف فتحاً - لمس الرأس) مد الذراعين عالياً مع ثنى الركبتين .
- (وقوف - الذراعين أماماً تشابك) محاولة دفع الزميل الى الخلف لاختلال توازنه .
- (وقوف - مواجه الحائط - الوضع أماماً - الذراعين على الحائط) محاولة دفع الحائط .

النشاط التعليمى :

- عمل حركات أرضية وجمل حركية .
- الضربات الساحقة والدوران .
- حائط الصد .

النشاط التطبيقي :

- عمل منافسات فى الحركات الأرضية المركبة على شكل جمل أرضية .

- عمل منافسات فى الضربات الساحقة وحائط الصد .

النشاط الختامى :

- (وقوف) رفع العقبين وتأدية الصيحة .
- تقويم نتائج الدرس .
- الاصطفاف للاغتسال .

ملاحظات عامة

المقدمة :

- يتم تدريس المقدمة كما هو وارد فى المجموعات الثلاث بنفس النظام المدرج .

- أو يتم بتدريس لعبة صغيرة تحتوى على نفس المهارات السابقة حسب ما هو وارد فى كل مجموعة .

الاعداد البدنى :

- يتم تدريس تمارين الاعداد البدنى حسب ما هو وارد فى كل مجموعة على أن يقوم المدرس بزيادة التكرارات حسب مستوى التلاميذ ولزيادة الحمل مع التأكد من تأدية التلاميذ للتمرينات بطريقة صحيحة .

- ويترك للمدرس حرية التشكيلات حسب مساحة الملعب وتترك للمدرس حرية الابتكار فى تنفيذ التشكيلات حسب مساحة الملعب وامكانيات المدرسة .

- ضرورة تأكد المدرس من أن التلاميذ يقومون بأداء التمرينات بحرية مع شرح المدرس لمدى أهمية كل تمرين وأثره على القوام .

- تكرار السرعة لمدة ٤ حصص تعطى التلميذ الفرصة لأجادة التمرين والاستفادة منه والتدريب عليه خارج الحصة .

النشاط التعليمى :

مهارة الكرة الطائرة :

يتم تقسيم مهارة الكرة الطائرة على مدى ١٢ حصة كالاتى :

- أداء الوقفة السليمة وحركة القدمين والتحرك - الحصة الأولى والثانى .

- تمرير الكرة من أعلى مع الصد - الحصة الثالثة والرابعة .

- تمرير الكرة من أسفل مع الصد - الحصة الخامسة والسادسة .

- الارسال بأنواعه - الحصة السابعة والثامنة .

- الضربات الساحقة والدوران - الحصة التاسعة والعاشر
- حائط الصد - الحصة الحادية عشر والثانية عشر

مهارة الجمباز :

- العجلة من الحركة - الحصة الأولى والثانية .
- معرفة قدم الارتقاء والدفع لأعلى - الحصة الثالثة والرابعة .
- القفز على المهر (الزميل) - الحصة الخامسة والسادسة .
- طريقة السند الصحيحة - الحصة السابعة والثامنة .
- حركات أرضية وجمل حركية - الحصة التاسعة والعاشر .

النشاط التطبيقي :

- يتم عمل منافسات لمهارة الجمباز حسب نوع المهارة المتعلمة .
- يتم عمل منافسة لمهارة الكرة الطائرة حسب المهارة المتعلمة .

النشاط الختامي :

- (وقوف) صيحة النصر .
- تقويم نتائج الدرس .
- تعويد التلاميذ على النظام والرجوع للفصل .

الوسائل التعليمية في هذه الوحدة :

- مهر ومراتب اسفنج - كور طائرة - قائمين وشبكة - جبر .

تقويم الوحدة التعليمية :

- يتم تقويم الوحدة عن طريق المدرس بالملاحظة الشخصية في الفصل أثناء الدروس .
- يتم التقويم في نهاية الوحدة عن طريق تطبيق بعض الاختبارات وتسجيل القياسات في بطاقة الملاحظة .

نموذج لوحدة تعليمية

للفifth التاسع الأساسي

أهداف الوحدة التعليمية :

أولاً : الأهداف المعرفية :

- يعرف التلاميذ حقائق عن الاهتمام بالصحة العامة والعناية بالقوام .
- يفسر التلاميذ أوضاع القوام الصحيح .
- يعرف التلاميذ الصفات البدنية .
- يعرف التلاميذ أنواع مسابقات ألعاب القوى .
- يعرف التلاميذ أنواع الجرى والرمى .
- يعرف التلاميذ أداء البدء المنخفض .
- يشرح التلاميذ طريقة مسك الكرة .
- يعرف التلاميذ أنواع التمريرات والتصويب .

ثانياً : الأهداف المهارية :

- يؤدي التلاميذ مهارة المرونة باستخدام تمرينات المرونة - الحركان المفاجئة .
- يؤدي التلاميذ مهارة الرشاقة بالجرى - الوثب - القفز - كيفية الحركة .
- يؤدي التلاميذ مهارة الدقة فى التصويب - التمرير .
- يؤدي التلاميذ اللعب بكرة اليد كمسك الكرة - التمرير - التصويب .
- يؤدي التلاميذ مسابقات ألعاب القوى كالبدء المنخفض الجرى لمسابقات مختلفة - الوثب لارتفاعات مختلفة .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية :

- يشارك التلاميذ بالتدريب المستمر لاتقان ما تعلمه كل منهم من أنشطة المنهج .
- يبدى التلاميذ أهمية للعب المنظم كوسيلة لتنشيط الجسم .

- يوضح التلاميذ ممارسة الأنشطة الرياضية المتنوعة لتؤدي الى تحسين الصحة العضوية والعقلية والانفعالية
- يظهر التلاميذ صفات القيادة والعضوية اللازمة للحياة الديمقراطية والحكم الذاتى .
- يدرك التلاميذ الحاجة الى بذل الجهد من خلال النشاط الرياضى وفى الحياة العادية .
- يحافظ التلاميذ على نظام ونظافة المكان المخصص للعب .
- يستخدم التلاميذ الأسلوب الصحيح لتنفيذ العمل .
- يظهر التلاميذ ضبط النفس وحسن التصرف فى الهزيمة والنصر .

الأهداف السلوكية للمجموعة الأولى :

أولاً : الأهداف المعرفية السلوكية :

- يصف التلاميذ مهارة مسك الكرة باليدين ، وبيد واحدة فى كرة اليد .
- يبين التلاميذ مهارة التغيير المفاجئ للاتجاه .
- يقسم التلاميذ خطوات تعليم مهارة الجرى .

ثانياً : الأهداف المهارية السلوكية :

- يؤدي التلاميذ مهارة مسك الكرة بيد واحدة واليدين فى كرة اليد .
- يؤدي التلاميذ مهارة تغيير الاتجاه فى كرة اليد .
- يؤدي التلاميذ مهارة الجرى .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية السلوكية :

- ينظم التلاميذ استمرار التدريب .
- يساهم التلاميذ فى اللعب المنظم كوسيلة لتنشيط الجسم .

المجموعة الأولى :

المقدمة :

- جرى الموانع .

- أو لعبة صغيرة متنوعة يحددها المدرس حسب مستوى التلاميذ .

الاعداد البدنى :

- (وقوف - انثناء عرضاً) ضغط المرفقين خلفاً ثم مد الذراعين عالياً مع تقوُّس الجذع خلفاً وضغط المنكبين .
- (وقوف - انثناء) ثنى الركبتين كاملاً ثم مد الذراعين جانباً .
- (وقوف - الوضع أماماً الذراعين أماماً - تشبيك) ثنى الذراعين ضد مقاومة الزميل .

- (انبطاح مائل) ثنى الزراعين .

النشاط التعليمى :

- كرة يد .
- مسك الكرة باليدين - بيد واحدة .
- التغيير المفاجئ للاتجاه . تغيير توقيت الجرى (الجرى بالظهر بالجانب) .
- ألعاب قوى .
- الجرى (الارتكاز - المرجحة - الدفع بالقدم المتأخرة - مرحلة الطيران - مرحلة الهبوط) .

النشاط التطبيقي :

- عمل منافسات فى مهارة كرة اليد فى مسك الكرة والتحرك بها باليدين - بيد واحدة - تغيير الاتجاه - الجرى بالجانب - بالظهر .
- عمل منافسات فى ألعاب القوى - الجرى (الارتكاز - المرجحة - الدفع بالقدم المناظرة - مرحلة الطيران - الهبوط) .

النشاط الختامى :

- (وقوف) صيحة النصر .
- تقويم نتائج الدرس .
- الاصطفاف للاغتسال والرجوع للفصل .

الأهداف السلوكية للمجموعة الثانية

أولاً : الأهداف المعرفية السلوكية :

- يصف التلاميذ خطوات تعليم التمريرة الكرابجية من أعلى ومن أسفل وفى مستوى الكتف فى كرة اليد .
- يشرح التلاميذ خطوات تعليم التمريرة المرجحية فى كرة اليد .
- يوضح التلاميذ خطوات تعليم التمريرة الصدرية فى كرة اليد .
- يوضح التلاميذ خطوات تعليم البدء المنخفض ١٠٠ ، ٢٠٠ ، ٤٠٠ .

ثانياً : الأهداف المهارية السلوكية :

- يؤدي التلاميذ مهارة التمريرة الكرابجية من أعلى ومن أسفل فى كرة اليد .
- يؤدي التلاميذ مهارة التمريرة المرجحية فى كرة اليد .
- يؤدي التلاميذ مهارة التمريرة الصدرية فى كرة اليد .
- يؤدي التلاميذ البدء المنخفض ١٠٠ ، ٢٠٠ ، ٤٠٠ .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية السلوكية :

- يتمسك التلاميذ بصفات القيادة والعضوية اللازمة للحياة الديمقراطية .
- يساهم التلاميذ ببذل الجهد من خلال النشاط الرياضى وفى الحياة العادية .

المجموعة الثانية :

المقدمة :

- جرى الموانع .
- أو لعبة صغيرة يحددها المدرس تتناسب مع مستوى الفصل .

الاعداد البدنى :

- (وقوف - فتحاً) ثنى الجذع أماماً أسفل للمس المشط باليد المخالفة بالتبادل .

- (وقوف - فتحاً لمس الرقبة) لف الجذع جانباً مع مد ذراع أماماً بالتبادل .

- (وقوف) ثنى الركبتين كاملاً مع رفع الذراعين أماماً عالياً .
- انبطاح مائل (ثنى الذراعين مع تبادل رفع الرجل عالياً .

النشاط التعليمي :

كرة اليد :

- التمريرة الكراباجية (من أعلى مستوى الرأس - مستوى الكتف - مستوى الحوض) .
- التمريرة المرجحية (البندولية) فى ارتفاع الحوض للأمام - للجانب - للخلف) .
- التمريرة الضاغطة (الصدرية) باليدين - يد واحدة .

العاب قوى :

- بدء منخفض ١٠٠ م ، ٢٠٠ م ، ٤٠٠ م .

النشاط التطبيقي :

- عمل منافسات لتطبيق التمريرة الكراباجية والمرجحية والضاغطة فى كرة اليد .

- عمل منافسات لتطبيق الانطلاق والجري ١٠٠ م ، ٢٠٠ م ، ٤٠٠ م (حسب مساحة الملعب) .

النشاط الختامى :

- (وقوف) صيحة النصر .
- تقويم نتائج الدرس .
- الاصطفاف للاغتسال والرجوع للفصل .

الأهداف السلوكية للمجموعة الثالثة

أولاً : الأهداف المعرفية السلوكية :

- وصف خطوات تعليم مهارة التصويب فى كرة اليد بالطرق المختلفة .

- شرح خطوات تعليم مهارة الوثب العالى فى ألعاب القوى .

ثانياً : الأهداف المهارية السلوكية :

- يؤدى التلاميذ مهارة التصويب فى كرة اليد بالطرق المختلفة .

- يؤدى التلاميذ مهارة الوثب العالى فى ألعاب القوى .

ثالثاً : الأهداف الوجدانية السلوكية :

- يدعو التلاميذ للولاء للجماعة والشعور بالمسئولية .

- بتمسك التلاميذ بضبط النفس وحسن التصرف عند الهزيمة

أو النصر .

المجموعة الثالثة :

المقدمة :

- جرى الموانع .

- أو لعبة صغيرة يختارها المدرس حسب مستوى التلاميذ .

الاعداد البدنى :

- (وقوف - فتحاً ، الذراعات عالياً) لف الجذع جانباً .

- (وقوف - فتحاً) رفع الذراعين مائلاً أسفل وضغطهما خلفاً

مع تقوس الجذع للخلف ورفع العقبين .

- (وقوف - مواجهة - تشبيك الذراعين أماماً مع الزميل) ثنى

الركبتين كاملاً (:)

- (انبطاح مائل) ثنى الذراعين مع لف الرقبة على الجانبين .

النشاط التعليمى :

كرة اليد :

- التصويب (الكرباجى - بالوثب - بالوثب مع السقوط -

الخلفى) .

ألعاب قوى :

- الوثب العالى (الاقتراب - الارتقاء - تعدية العارضة -

الهبوط) .

النشاط التطبيقي :

- عمل منافسات فى كرة اليد لتطبيق مهارة التصويب بأنواعه .
- عمل منافسات فى الوثب العالى للوصول الى أعلى ارتفاع وتأدية الوثبة بالطريقة الصحيحة .

النشاط الختامى :

- (وقوف) صيحة النصر .
- تقويم نتائج الدرس .
- الاصطفاف للاغتسال والرجوع للفصل .

ملاحظات عامة

المقدمة :

- يتم تدريس جرى الموانع حسب امكانيات المدرسة ويمكن عمل موانع من البيئة المحيطة أو بواسطة الأحبال والتلاميذ .
- أو لعبة صغيرة يختارها المدرس تحقق الهدف حسب امكانيات الملعب والمدرسة .

الاعداد البدنى :

- تترك المدرسة حرية تحديد التكرارات طبقاً للأحمال التى تناسب مستوى التلاميذ وأعمارهم ، ومستواهم .
- تترك التشكيلات وتنفيذ الدرس للمدرس حسب امكانيات المدرسة والملعب .

النشاط التعليمى :

العب قوى :

- (الجرى - الارتكاز - المرجحة - الدفع بالقدم الخلفية) - الحصّة الأولى والثانية .
- الطيران - الهبوط - الحصّة الثالثة والرابعة .
- مكعبات الانطلاق (وضع اليدين - الرجلين - الجسم) - الخامسة والسادسة .

- ١٠٠ م ، ٢٠٠ م ، ٤٠٠ م - الحصة السابعة والثامنة .
- الوثب العالى (الاقتراب - الارتقاء) - الحصة التاسعة
- والعاشرة.
- (وضع الجسم - الهبوط) - الحصة الحادية عشر والثانية
- عشر.

كرة اليد :

- مسك الكرة باليدين (اليد الواحدة - التحرك) الحصة الأولى
- والثانية .
- التغيير المفاجئ (الجرى بالظهر بالجانب)- الحصة الثالثة
- والرابعة .
- التمريرة الكرواجية بأنواعها - الحصة الخامسة والسادسة .
- التمريرة المرجحية الصدرية - الحصة السابعة والثامنة .
- التصويب بالكرواجية (بالوثب) - الحصة التاسعة والعاشرة .
- التصويب بالوثب مع السقوط (الخلفى) - الحصة الحادية
- عشر والثانية عشر .

النشاط التطبيقي :

- يتم عمل منافسات لمهارات ألعاب القوى حسب نوع المهارة
- المتعلمة .
- يتم عمل منافسات لمهارة لعبة كرة اليد حسب نوع المهارة
- المتعلمة .

النشاط الختامى :

- (وقوف) صيحة النصر .
- الاصطفاف والاغتسال والرجوع للفصل .

الوسائل التعليمية لهذه الوحدة :

- مكعبات بدء - جهاز وثب عالى - كوريد - ملعب - جير .

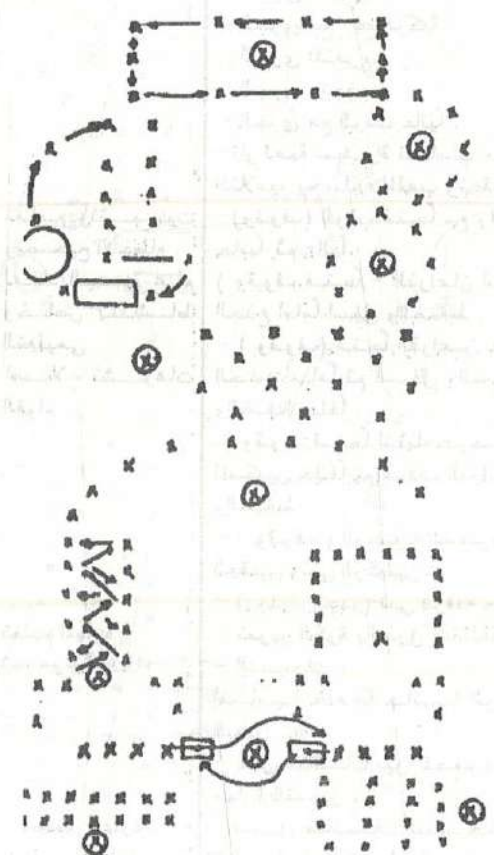
تقويم الوحدة :

- يتم تقويم الوحدة عن طريق المدرس بالملاحظة بالنظر أثناء
- الدروس ويتم التقويم فى نهاية الوحدة عن طريق اختبارات ثم يتم
- تسجيل القياسات فى سجل الملاحظة .

الغرض التربوي : التدريب على القيادة والتبعية

المحتوى	الأهداف	الزمن	اجراء الدرس
- الجري المتنوع حول الملعب ويشمل : - الجري العادي . - الجري مع رفع الركبة . - الجري المتعرج . - الجري بالجانب . - الجري مع الوثب عالياً . - أو لعبة صغيرة تتناسب مع مستوى التلاميذ ومساحة الملعب وتحقيق الهدف . - (وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانبا . - (وقوف فتحاً - الذراعان أماماً) ثنى الجذع أماماً أسفل والضغط . - (وقوف) المرجحة العمومية ع رفع العقبين . - (جلوس على أربع) قذف الرجلين خلفاً - (وقوف فتحاً لمس الرقبة) ضغط المرفقين خلفاً .	تجهيز واعداد عام للجسم .	٧ق	المقدمة
- تمرير الكرة بالطرق المختلفة : - بباطن القدم - بوش القدم - بوش القدم الداخلي - بوش القدم الخارجي . - الدحرجات : - أمامية خلفية جانبية الوقوف على اليدين .	تعليم وتثبيت وتصحيح الأخطاء .	١٠ق	الاعداد البدني
- عمل منافسات بين المجموعات لتطبيق مهارة التمرير طبقاً للتشكيلات المقابلة . - عمل منافسات للدحرجات السابق تعليمها وخصوصاً الدحرجة الخلفية والوقوف على اليدين .	- تطبيق المهارة . - تثبيت المهارة . - تصحيح الأخطاء .	١٥ق	النشاط التعليمي
- وقوف رفع العقبين وتادية الصيحة . - تقويم نتائج الدرس . - الاصطفاف للاغتسال والرجوع الى الفصل .	- تقويم للحصة . - تهنئة التلاميذ .	٣ق	النشاط الختامي

الغرض التعليمي : مهاري : كرة قدم (التمرير بباطن القدم - بوش القدم - بوش القدم الداخلي ...) جمباز (الدحرجات أمامية - خلفية جانبية - الوقوف على القدمين)

الأدوات	التشكيلات
جير كور قدم كور بديلة مراتب اسفنج	

الغرض التربوي : إبراز القدرات الشخصية

المحتوى	الأهداف	الزمن	اجراء الدرس
- الجري المتنوع حول الملعب ويشمل : - الجري العادي . - الجري مع رفع الركبة . - الجري المتعرج . - الجري بالجانب . - الجري مع الوثب عاليا . - أو لعبة صغيرة تتناسب مع مستوى التلاميذ ومساحة الملعب وتحقيق الهدف . - (وقوف) الوثب فتحاً مع رفع الذراعين جانباً ثم عالياً . - (وقوف فتحاً - الذراعان أماماً) ثني الجذع أماماً أسفل والضغط . - (وقوف فتحاً الذراعين عالياً) ثني الجذع أماماً ثم أسفل والضغط عالياً والضغط خلفاً . - (وقوف فتحاً انثناء عرضاً) ضغط المنكبين خلفاً ثم قذف الذراعين جانباً والضغط . - (وقوف) الرجحة العمودية مع رفع العقبين وثني الركبتين . - (جلوس جثو) ثني الرقبة جانباً . - تمرير الكرة بالطرق المختلفة : - الدحرجات : - أمامية خلفية جانبية الوقوف على اليدين . - عمل منافسات بين المجموعات لتطبيق مهارة التمرير . - عمل منافسات للدحرجات السابق تعليمها والوقوف على اليدين . - وقوف رفع العقبين وتأدية الصيحة . - تقويم نتائج الدرس . - الاصطفاف للاغتسال والرجوع الى الفصل .	تجهيز واعداد عام للجسم . تعليم وتثبيت وتصحيح الأخطاء . اعداد الجسم عام وخاص للنشاط التعليمي اصلاح تشوهات القوام . تعليم المهارة . تصحيح الأخطاء . - تطبيق المهارة . - تثبيت المهارة . - تصحيح الأخطاء . - تقويم للحصة . تهدة التلاميذ .	٧ق ١٠ق ١٠ق ١٥ق ٣ق	المقدمة الاعداد البدني النشاط التعليمي النشاط التطبيقي النشاط الختامي

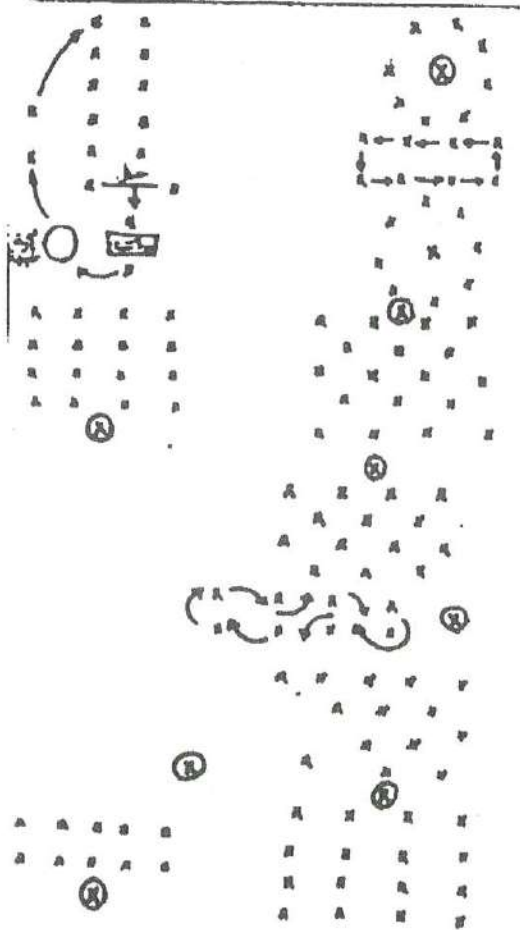
الغرض التعليمي : مهاري : كرة قدم (التمرير بالطرق المختلفة
جمباز (الدحرجات - الوقوف على القدمين)

الأدوات	التشكيلات
كورطبية صندوق وثب حبل جير كرات قدم بديلة مراتب إسفنج	

الغرض التربوي : تنمية روح التعاون

المحتوى	الأهداف	الزمن	اجراء الدرس
- الجرى المتنوع حول الملعب ويشمل : - الجرى العادى . - الجرى مع رفع الركبة . - الجرى المتعرج . - الجرى بالجانب . - الجرى مع الوثب عالياً . - أو لعبة صغيرة تتناسب مع مستوى التلاميذ ومساحة الملعب وتحقيق الهدف أو جرى الموانع .	تجهيز واعداد عام للجسم .	٧ق	المقدمة
- (وقوف ثبات الوسطة) الوثب مع التقدم أماماً . - (وقوف فتحاً - الذراعان أماماً) ثنى الجذع أماماً أسفل والضغط . - (وقوف فتحاً الذراعين جانباً ميل) ضغط الذراعين جانباً . - (وقوف) الرجحة بزاوية . - وقوف فتحاً) لف الجذع جانباً مع تراخى الذراعين . - (جلوس على أربع) ثنى الذراعين . - الوقوف على اليدين جماًز . - العجلة من الثبات . - المراوغة أو الخداع كرة قدم . - مراجعة عامة لمهارات كرة القدم . - عمل منافسات لتطبيق مهارة الوقوف على اليدين والتدريب على طريقة السند . - عمل منافسات لتطبيق مهارة العجلة من الثبات . - عمل منافسات لمهارة المراوغة والخداع . - عمل مباريات صغيرة فى كرة القدم لتطبيق جميع المهارات . - وقوف رفع العقبين وتأدية الصيحة . - تقويم نتائج الدرس . - الاصطفاف للاغتسال والرجوع الى الفصل .	- تعليم وتصحيح الأخطاء وتثبيت الحركات . - اعداد الجسم عام وخاص للنشاط التعليمى - اصلاح تشوهات القوام .	١٠ق	الاعداد البدنى
	- تعليم المهارة . - تصحيح الأخطاء .	١٠ق	النشاط التعليمى
	- تطبيق المهارة .	١٥ق	النشاط التطبيقى
	- تقويم للحصة . - تهدئة التلاميذ .	٣ق	النشاط الختامى

الغرض التعليمي : مهاري : كرة قدم (المراوغة والخداع -
مراجعة عامة) جمباز (الوقوف على اليدين - العجلة)

الأدوات	التشكيلات
جير - كرات قدم كرات بديلة مراتب اسفنج هدف صغير	

الفصل الرابع

اعداد خطة التربية الرياضية بالمدرسة

- الأهداف التعليمية ونتائج التعليم .
- مستويات الأهداف (الإدراكي - الوجداني - النفس حركي) .

• أقسام خطة التربية الرياضية بالمدرسة .

١ - دروس التربية الرياضية :

- أ- القصة الحركية
- ب- تمرينات على شكل ألعاب أو (تمثيلية)
- ج- درس التربية الرياضية .
 - ١- الاحماء .
 - ٢- التمرينات الأساسية (التشكيلية - التأثيرية) .
 - ٣- النشاط التعليمي .
 - ٤- النشاط التطبيقي .
 - ٥- النشاط الختامي .
 - ٦- نماذج لبعض التمرينات .
 - ٧- نماذج لدروس التربية الرياضية .

٢ - دروس التربية الرياضية :

- أ- في الجو البارد جداً .
- ب- في الصالات المغلقة .
- ج - في الجو الحار جداً .
- ء - داخل الفصل .

• صفات درس التربية الرياضية الجيد

- ١- النشاط الداخلي . ٢- النشاط الخارجي
- ٣- برامج الخواص بالمدرسة .
- النداء وأنواعه (لفظي - عددي - لفظي عددي - توقيتي)
- استخدام الوسائل السمعية والبصرية في درس التربية الرياضية .

الفصل الرابع

اعداد خطة للتربية الرياضية بالمدرسة

إن أى عمل جيد لا بد له من تخطيط وإعداد . وخطة التربية الرياضية بالمدرسة تحتاج الى تخطيط واعداد فهي تنبثق من خطة المديرية التعليمية وخطة المديرية التعليمية وضعت لتحقيق أهداف الخطة العامة لوزارة المعارف التى تحقق أهداف خطة الدولة للتربية الرياضية .

فعندما تصل خطة الادارة التعليمية الى المدرسة يسأل المدرس نفسه هل يمكن تحقيق أهداف هذه الخطة ؟ وكيف ؟

وللاجابة على هذه الأسئلة يجب وضع خطة شاملة للمدرسة ككل بجميع مستوياتها الدراسية أى ما الذى سوف يدرسه لهؤلاء التلاميذ . كما يجب أن تشمل الخطة كذلك على الأنشطة الداخلية التى سوف يقوم بها خلال العام الدراسى ، وكذلك النشاط الخارجى المطالب به من قبل مديرية التعليم ، أى أن الخطة تحتوى على :-

- ١- درس التربية الرياضية للسنوات الدراسية .
- ٢- النشاط الداخلى المكمل والمصاحب للدروس .
- ٣- النشاط الخارجى الذى سوف تشترك فيه المدرسة ..
- ٤- نشاط الخواص .

وسوف نتكلم عن كل قسم من هذه الأقسام فيما بعد .
فدروس التربية الرياضية لا يمكن أن تعم فائدتها إلا إذا كانت تسير حسب خطة شاملة مدروسة يسير العمل على نهجها من نقطة بدء معلومة الى نهاية موضوعة لبرنامج كامل حتى يكتسب العمل صفة الاستمرار وحتى يتدرج التلميذ فى تعلمه من البسيط الى المركب ومن السهل الى الصعب تدرجاً طبيعياً يتمشى مع طبيعة نموه وتطوره ومدى نضجه الجسمانى والعقلى والوجدانى .

وللقيام بعملية التخطيط لبناء خطة التربية الرياضية بالمدرسة يجب معرفة الأهداف المراد تحقيقها من خلال هذه الخطة مع دراسة الامكانيات المادية والبشرية الموجودة بالمدرسة ، ويمكن تقسيم الخطة الى أجزاء صغيرة ويعتبر كل جزء من هذه الأجزاء خطوة من الخطوات اللازمة لتحقيق أهداف الخطة كلها ، ويكون لكل جزء من هذه الأجزاء أهداف سلوكية تعمل على تحقيق الهدف العام ، ولذلك يجب أن نتبع الخطوات التالية عند بناء خطة المدرسة :

١- يجب أن يكون مدرس التربية الرياضية بالمدرسة على علم ودراية كاملة بطبيعة مادة التربية الرياضية وماهيتها وفلسفتها وأهدافها وأهميتها وهذا يستلزم أيضاً معرفته للأسس العلمية التي تبني عليها التربية الرياضية كعلم النفس وأصول التربية وعلم التشريح ووظائف الأعضاء وعلم الحركة وغيرها من العلوم الانسانية التي ترتبط بواقع هذه المادة . ولهذا كان لا بد لمدرس التربية الرياضية أن يكون مؤهلاً تأهيلاً أكاديمياً وتربوياً ، ولو أنه في بعض الأحيان كان يقوم بتدريس هذه المادة مدرسون غير متخصصين سواء كان ذلك في جمهورية مصر العربية أو في المملكة العربية السعودية مما أضرّ بالتربية الرياضية وجعلها مادة ترفيحية يمكن الاستغناء عنها وتحويل الحصص المقررة لها في اليوم الدراسي الى مواد أخرى أكثر نفعاً حيث أنها ليست مادة نجاح ورسوب بالنسبة للتلميذ .

٢- لما كان محور العملية التعليمية بالمدرسة هو التلميذ ، كان لا بد لمدرس التربية الرياضية دراسة هذا التلميذ والأسس النفسية له كمراحل نموه والميول والاحتياجات ومراعاة الفروق الفردية وتكوين الاتجاهات التربوية ومعرفة مستوى تلاميذ مدرسته ومدى ما وصلوا اليه في المهارات الحركية لتحديد نوع النشاط وكميته التي تشبع احتياجات التلميذ ، والتي تختلف من مكان لآخر مما يجعل من الأفضل أن يوضع لكل مدرسة خطة مستقلة .

٣- يجب على المدرس أن يدرس السبل التي تؤدي الى تحقيق اغراض التربية الرياضية بالمدرسة ولهذا وجب عليه وضع منهج التربية

الرياضية للمدرسة كلها واختيار أوجه النشاط التي يمكن أن تكون هذا المنهج المتكامل مبتدئاً من المستوى الذي يتقنه التلاميذ بالصفوف الأولى بالمدرسة ومنتهياً بالمستوى الذي يجب أن يصل إليه تلاميذ الصفوف النهائية بالمدرسة . وهذا يستلزم أن يقوم المدرس بدراسة تلاميذ كل صف دراسي ، كما يقوم بدراسة تلاميذ المدرسة كلها ثم يضع المنهج الذي يمكن أن يحقق الأهداف العامة ، مع تحديد طرق التدريس المناسبة لكل نشاط ، فالطريقة التي تتبع في تعليم السباحة مثلاً تختلف عن الطريقة التي تتبع في تعليم الجري .

٤- يجب على المدرس دراسة امكانات المدرسة سواء من الملاعب أو الأدوات أو صالات العرض السينمائي أو الصالات المكيفة أو المظلات ، فكلها تؤثر في نوع النشاط ، فمثلاً لا يستطيع المدرس أن يدرس نشاط لكرة السلة كالتصويب على الهدف بدون وجود أهداف لكرة السلة أو وجود كور سلة بكثرة تجعل المدرس أميل الى اتباع طريقة الشرح البسيط مع التنفيذ باستخدام الكور منذ البداية مما يجعل التلميذ يأخذ احساس الحركة وهو يؤديها بالكرة بعكس التلميذ الذي يؤدي الحركة بدون كرة .

٥- يقسم منهج التربية الرياضية العام بالمدرسة الى أجزاء أصغر بحيث يشمل كل جزء البرامج الخاص بسنة دراسية فيصبح شاملاً لبرامج جميع السنوات الدراسية .

٦- يقسم منهج كل سنة دراسية الى وحدات توزع على حصص التربية الرياضية طوال العام الدراسي بحيث تستغرق كل وحدة زمناً معيناً ، ثم يقوم المدرس بتجزئ الوحدة الى دروس والتي تحتوي على المهارات التي يجب أن يتعلمها التلميذ في كل درس .

٧- يقوم المدرس بتنفيذ هذه الدروس حسب جدول الحصص مع الاستمرار في ملاحظة التلاميذ ومتابعتهم . ثم يقوم النتائج لمعرفة نقاط الضعف والقوة في المنهج والعمل على تلافى السلبيات وتعديل الأنشطة بناء على نتائج التقويم التي تظهر حاجات وميول التلاميذ بطريقة أفضل .

٨- ولا يفوتنى فى هذا المجال أن أشيد بدور المدرس وشخصيته وتجاربه وخبراته الشخصية وما لها من أثر فعال فى تنفيذ منهج التربية الرياضية بالمدرسة فقد يفضل مدرس اتباع الطريقة الكلية بينما يفضل مدرس آخر اتباع طريقة الشرح أو الاكتشاف الموجه فى تعليم مهارة معينة ، ويرجع ذلك الى خبرات المدرس العملية وفلسفته فى اخراج الدرس .

من هذا كله يتبين أن من أهم الصفات الواجب توافرها فى الخطة كلها وفى كل جزء من أجزائها صفة المرونة بحيث يمكن تعديل أى نشاط سواء بالحذف أو الاضافة فى الخطة كلها أو فى أى جزء من أجزائها حسب ما يستجد من ظروف لم تكن موجودة أو لم تظهر للمدرس عند وضع الخطة المبدئية .

الأهداف التعليمية ونتائج التعلم :

الأهداف هى حجر الزاوية فى العملية التعليمية ، وهى بمثابة التغيرات التى نتوقع أن يحدثها المنهج فى شخصيات التلاميذ ، وبعبارة أخرى يمكن القول أن الهدف هو وصف لتغير سلوكى نتوقع حدوثه فى شخصية التلميذ نتيجة مروره بخبرة تعليمية أو تفاعل مع موقف تدريسى معين . وهذا الوصف يوضح أن السلوك والهدف مرتبطين ولكنهما ليسا شيئاً واحداً هذا من ناحية ومن ناحية أخرى يوضح أن السلوك هو بمثابة مخرجات وأن الأهداف بمثابة مدخلات .

مستويات الأهداف :

توجد ثلاث مستويات للأهداف يمكن ترتيبها كالاتى :

١- الغايات Goals وهى أهداف عريضة وعامة وبعيدة المدى أى يأخذ بلوغها فترة زمنية طويلة وتندرج تحتها أهداف المجتمع أو أهداف الدولة .

٢- الأغراض Aims وهى أهداف أقل عمومية ومداهها أقصر من مدى الغايات وفى بعض الأحيان تسمى أهدافاً متوسطة المدى ، وتندرج تحتها أهداف التربية وأهداف المراحل التعليمية وأهداف المناطق التعليمية .

٢- الأهداف السلوكية Behavioural Objectives وهى عبارات تصف الأداء المتوقع والذي نرغب أن يصبح المتعلم قادراً على أدائه وتندرج تحتها أهداف الوحدة الدراسية . وأهداف الدروس أى أنه أصغر ناتج تعليمى سلوكى متوقع لعملية التعلم ويمكن قياسه .

تصنيف الأهداف :

صنف بلوم الأهداف الى ثلاث مجالات رئيسية هى المجال المعرفى أو الادراكى والمجال الوجدانى والمجال النفس حركى ولكل مجال مستويات تتدرج من البسيط الى المركب كالآتى :

أولاً : المجال الادراكى (المعرفى) Cognitive Domain :

ويتكوّن هذا المجال من ستة مستويات هى :

١- المعرفة Knowledge : تذكر معلومات - حقائق وأفعاله (يحدد - يصف - يتعرف على - يذكر - يقابل بين - يسمى - يختار - يكتب) .

٢- الفهم Comprehension : الترجمة - التفسير - التقدير وأفعاله (يحول - يميز - يعطى أمثلة - يؤيد - يشرح - يعمم - يستنتج - يعبر - يعيد صياغة - يلخص - يتنبأ) .

٣- التطبيق Application : القدرة على استخدام الأفكار وأفعاله (يعبر - يحسب - يوضح - يكتشف - يتبادل - يعدل - يشغل - يجهز - يتيح - يبين - يحل - يستخدم - يتنبأ) .

٤- التحليل Analysis : القدرة على تحليل المعرفة الى أجزاء وأفعاله (يجزئ - يفرق - يميز - يتعرف على - يستنتج - يختار - يفصل - يحدد العناصر الرئيسية) .

٥- التركيب Synthesis : القدرة على ربط العناصر وأفعال (يصنف - يؤلف - يجمع - يبتكر - يصمم - يشرح - يولد - يعدل - ينظم - يعيد الترتيب أو التنظيم - يعيد البناء - يربط بين - يراجع - يعيد الكتابة - يلخص - يحكى - يكتب) .

٦- التقويم Evaluation : القدرة على اصدار حكم . وأفعال
(يميز - يشرح - يبرر - يفسر - يلخص - يقيم - يقدر - يقارن -
ينقد - يصف - يدعم - يربط بين) .

ثانيًا : المجال الوجداني Affective Domain :

ويتضمن هذا المجال الميول والاتجاهات والقيم وأوجه التقدير
ويشمل على :

١- الاستقبال Receiving : الحساسية لظاهرة معينة . وأفعاله
(يسأل - يختار - يصف - يتابع - يعطى - يمسك - يتعرف على -
يعرف - يختار - يشير الى - يجيب - يستخدم) .

٢- الاستجابة Responding : ويعنى التفاعل بايجابية مع الظاهرة
. وأفعاله (يجيب - يساعد - يناقش - يعاون - يؤدي - يتدرب -
يعرض - يقرأ - يسمع - يقرر يختار - يروى - يكتب) .

٣- الحكم فى ضوء قيمه Valuing : ويعنى تقدير الأشياء وأفعاله
(يكمل - يصف - يفرق - يشرح - يتابع - يكون - يبادئ - يدعو -
ينضم الى - يبرر - يقترح - يقرأ - يقرر - يختار - يشارك -
يساهم - يدرس - يعمل) .

٤- التنظيم القيمي Organization : ويعنى تنظيم مجموعة من
القيم فى نظام معين وأفعال (يتمسك بـ - يغير - ينظم - يجمع
بين - يكمل - يدعم - يشرح - يصمم - يتعرف على - يعدل - يربط
فى تكامل - يركب - يجهز - يحفر) .

٥- تكامل القيم مع سلوك الفرد وتميزه بها Characterization by
a Value : وتعنى القيمة تأخذ مكانها (يفعل - يميز - يستمع -
يعدل - يؤدي - يسأل - يقترح - يراجع - يخدم - يستخدم -
يتحقق من) .

ثالثًا : المجال النفس حركى Pccychomotor Domain :

ويتضمن المهارات الحركية فى معظمه ويشمل :

١- المحاكاة Imitation : وتعنى التقليد لحركة أو مجموعة حركات وأفعاله (يسدد - يمرر - يطبق - ينظم - يشرح - يجرى - يضرب - يرسل - يمسك - يستخدم - يستقبل - بوجه) .

٢- المعالجة اليدوية Manipulation : وتعنى أداء حركة بناء على تعليمات وأفعاله (يؤدى - يتابع - يكرر - يضرب - يرمى - يستلم - يرسل - يتحرك - يمنع - يلاحظ - ينطط - يحمى) .

٣- الدقة Precision : وتعنى أن يصل الأداء الى مستوى عال من الانضباط وأفعاله (يبدى - يظهر - يعالج - يطبق - يعرض - يثب - يقذف - يراقب - يتحرك - يحلل) .

٤- الترابط Articulation : وتعنى التوافق بين مجموعة من الحركات وأفعاله (يوفق - يلائم - يبدل - يضبط - ينظم - يهذب - يعدل - يربط - يتعاون) .

٥- التطبيع Naturalization : وتعنى الوصول الى أعلى درجة من الأداء أو المهارة وأفعاله (يبتكر - يصمم - يكون - يربط - يتحدث - يطور - يبتدع - يقيم) .

وتشتمل الأهداف التعليمية فى المجال النفس حركى على عناصر معرفية وعاطفية ، ولكن الخاصية الهامة والسائدة المميزه لسلوك المتعلم هى اظهار مهارة حركية معينة . وهذا التداخل بين الأقسام الرئيسية للتصنيف ليس مقصوراً فقط على المجال النفس حركى بل يشمل أيضاً باقى المجالات والأقسام الأخرى ، فنواتج التعلم فى المجال المعرفى تتضمن عناصر عاطفية وبالمثل نواتج التعلم فى المجال العاطفى تتضمن عناصر معرفية .

وهل يستطيع انسان أن يؤدى مهارة بطريقة جيدة وحالته المزاجية سيئة ؟ أو ليس لديه معلومات كافية عن كيفية أدائها ؟

فلاعب الكرة مثلاً لا يستطيع أن يلعب المباراة إلا وحالته المزاجية مرتفعة ، ولا يستطيع أن يلعب المباراة إلا ولديه معلومات كاملة عن

التمريرات والتصويب والمراوغة وخطط اللعب ، ولهذا نجد أن هذه المجالات ترتبط بعضها ببعض ويتأثر كل مجال بالمجال الآخر . وفى مجال التربية الرياضية لا تقتصر الأهداف على المجال المهارى ولكن يجب أن تتعداها الى المجال المعرفى والمجال الانفعالى ، ولو أن الهدف الرئيسى للتربية الرياضية هو تنمية المهارات والقدرات البدنية . إلا أن التربية الرياضية كمنهج تربوى تساهم أيضاً بدور ليس بالقليل فى التنمية المعرفية والانفعالية وفى الحقيقة لا يمكن للتلاميذ أن تتعلم قوانين اللعبة حتى ندرس فيها هذه القوانين ولا أن تتعلم كيف يتعاملون ايجابياً مع بعضهم فى أنشطة تعاونية وتنافسية حتى يعايشون مجال هذا التفاعل ، ومدرس التربية الرياضية يقوم بتحديد الأهداف لكل وحدة دراسية ثم يقوم بتقسيم المادة الدراسية فى كل وحدة على مجموعة من الدروس لكل منها أهدافها ، ويرتبط بهذا الأمر أن يساعد المعلم تلاميذه على ادراك قيمة الدرس الواحد وحدوده باعتباره مجرد خطوة يخطوها فى اتجاه أهداف محددة ترتبط بأهداف أخرى لدروس أخرى تمثل فى مجملها الصورة الكلية لأهداف المنهج التى يجب أن يسعى الجميع الى تحقيقها .

ولما كانت الأهداف التربوية هى التى توجه العملية التربوية بكاملها ، فمن الواجب اذن الاهتمام بمشكلة تحديد الأهداف تحديداً وظائفاً دقيقاً ، ومن أمثلة الأهداف التربوية الآتى :

- ١- تربية النشء على الايمان بالله وطاعته والدفاع عن وطنه ضد أطماع الآخرين .
 - ٢- اكساب الفرد عادات ومهارات تساعد على القيام بمسؤوليات اجتماعية معينة .
 - ٣- بناء اتجاهات وقيم جديدة .
 - ٤- تربية الفرد بحيث يقبل على المعرفة ويستفيد منها ويبحث فيها .
- ويلاحظ أن هذه الأهداف تتميز بالعمومية والتجريد . ويحتاج

تحقيقها الى عدد كبير من السنوات فهي أهداف طويلة الأمد Long term objective ، أما الأهداف الخاصة فهي الأهداف قصيرة الأمد Short term objective والتي تعرف بالأهداف التعليمية ، وهي تحدد بدقة وتوضح ما تهدف الى أن يتعلمه الفرد من مهارات أو القيام بنشاط معين ومن أمثلة الأهداف التعليمية الآتى :

١- يؤدى التلميذ تمرين الجلوس من الرقود بثنى الركبتين أربع مرات على الأقل .

٢- يجرى على الأقل ثلاثة كيلومترات فى سبعة عشر دقيقة .

٣- يؤدى مهارة الدحرجة الأمامية بطريقة صحيحة .

ولذلك ينظر الى الأهداف البعيدة الأمد على أنها استراتيجيات Strategies ، بينما ينظر الى الأهداف قصيرة الأمد على أنها أعمال وأنشطة تكتيكية Tactical وعلى أية حال فإن هذه الأهداف تشكل النواتج التعليمية التى يمكن أن تنال قيمة كبيرة من المتعلمين ، وعليه فيجب أن يقوم المدرس باعداد بيان تخطيطى للوحدة يجمع الأهداف التعليمية ويختار فى ضوءها الطرائق والأدوات التعليمية وخطوات وكيفية تقويم المتعلمين ، وبذلك يمكن أن نتوقع أن تكون الأهداف أكثر ارتباطاً وأكثر فاعلية ، ويقدم البيان التخطيطى للمدرس خطة كلية تكفل أن كل هدف سوف يكون له حصته ، ويأخذ حقه من الانتباه فى العملية التعليمية ، وسوف تكون طرائق التعليم وأساليب التقويم مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بتحقيق النواتج المطلوبة ، ويعمل هذا البيان بمثابة المرشد المرافق للتخطيط اليوم للدروس ، فيمكن الدمج بين الخبرات التعليمية المتوقعة وخطة الدرس اليومى .

أقسام خطة التربية الرياضية بالمدرسة :

أولاً : دروس التربية الرياضية :

سبق أن تكلمنا فى الفصل الثانى عن النمو الحركى والأنشطة المناسبة لكل مستوى من مستويات المرحلة الابتدائية - وما يتميز به

من خصائص وطرق التدريس المناسبة لها ، فنجد مثلاً أن أنسب البرامج للصف الأول والثانى الابتدائى هى القصة الحركية .

١- القصة الحركية :

هى عبارة عن تمرينات غير شكلية بسيطة تعطى على شكل قصة تلعب بخيال التلميذ ، وتعمل على تقوية جميع عضلات الجسم الكبيرة ، وتزيد من مرونة المفاصل ، كما تشتمل على المطاردات والمسابقات التى تساعد على امتصاص الطاقة الزائدة عند التلميذ وتحويلها الى نشاط هادف ، وهى لا تحتاج الى قدرة كبيرة على التركيز ، وتساعد على عملية التقليد المنتشرة عند التلاميذ فى هذه السن . فخيال التلميذ يجعله يعتقد أن المسافة بين خطين من الجير إنما هى قناة مياه يجب أن يقفز لتعديتها . أو يعمل العصا كالحصان ويركبها أو رجال مطافئ يهرولون ويقاومون النيران ، فهى مجال خصب لتنمية الخيال وتوسيع المدارك مع نشاط بدنى وحركى فى قالب يتميز بالمرح والسرور والتلقائية المحبة لنفوس التلاميذ ، ويجب مراعاة الآتى عند تدريس القصة الحركية :

١- تكون القصة نابعة من البيئة المحيطة بالتلاميذ حتى يمكنهم التقليد والتخيّل .

٢- تشتمل على معلومات وحقائق تفيد التلاميذ وتعمل على تربيتهم .

٣- تدرّس بطريقة غير شكلية والنداءات تكون بلغة الحديث العادى .

٤- تتناسب فى موضوعاتها مع مستوى نضج التلاميذ من الناحية البدنية والعقلية والحركية .

٥- يقوم المدرس بتشجيع التلاميذ وتوجيههم إذا لزم الأمر .
ويقوم المدرس بتحضير القصة الحركية فى كراسة التحضير بالطريقة العادية أى كتابة التمرين وما يرمز اليه التمرين من غرض مثل :

[رفع التراب بالجاروف] .

[وقوف فتحاً - الذراعان أماماً] ميل الجذع أمامه مع تحريك الذراعين أسفل ثم مد الجذع مع تحريك الذراعين جانباً .
أو المسلمون يرمجون الشيطان .

[وقوف الوضع أماماً - مسك الكرة] رمى الكرة .

أما النداء فهو بعيد عن الشكلية عبارة عن ألفاظ عادية مثل :
ترفع التراب بالجاروف - ارفع التراب - ارم التراب جانباً أو رجم الشيطان ... ارجم .

ويقوم المدرس بوضع القصص الحركية للعام الدراسي كله سواء للصف الأول والثاني مع مراعاة التدرج من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب لزيادة الحمل وتعويد التلاميذ على قوة التحمل والجلد ولتحقيق الأهداف التعليمية والتربوية المراد تحقيقها في هذه المرحلة .

ب- تمرينات على شكل ألعاب أو (تمثيلية) .

وهي تمرينات بسيطة غير معقدة تدرس للصف الثالث والرابع الابتدائي ولو أنه في بعض الدول تدرس للصف الثالث فقط ولكننا نرى تدريسها للصفين معاً لأنهما يعتبران مرحلة متوسطة بين ما يدرس في الصف الأول والثاني والصف الخامس والسادس أي بين القصة الحركية ودرس التربية الرياضية . فالتلميذ في الصف الثالث والرابع (٩ - ١٠ سنوات) أصبح يميل الى الواقعية وتوافقه العضلى العصبى أرقى وتحمله أكثر من المرحلة السابقة ، ويجب أن يلعب في جماعات صغيرة وتعطى التمرينات على شكل تمثيل فمثلاً :

[وقوف فتحاً - الذراعان عالياً] تبادل ميل الجذع على الجانبين تمثل الشجرة تهزها الرياح .

[جلوس على أربع] المشى أماماً تمثل القطة وهي تمشى .

[وقوف] الجرى أماماً العربة تنطلق .

ويكون النداء هنا بسيطاً ولكن فى بعض من الشكلىة لتوحيد الحركات مثل : السيارات ... تنطلق .

أو كلنا نتعمل زى الشجرة التى يهزها الريح ... ابتدئ .

كما تدرس ألعاب صغيرة بقوانين بسيطة جداً تمهيداً للألعاب الكبيرة غير مقيدة بأبعاد الملعب أو عدد اللاعبين ولكنها تشتمل على مسابقات ومطاردات وألعاب صغيرة وتدرج فى الصعوبة ولزيادة الحمل فـألعاب السنة الثالثة أسهل من ألعاب السنة الرابعة مثل (عسكر وحرامية - الكل يجرى - ملك القلعة) .

ويوجد اتجاه أخرى ينادى بتدريس درس التربية الرياضية بأقسامه مع مراعاة السهولة واختيار بعض الألعاب التمهيدية للألعاب الكبيرة حتى تتفق وقدرة التلميذ على تحريك أجزاء جسمه وضبطها ومقدار استخدامه ليده وقدمه مع عينه فتعده اعداداً فنياً للألعاب الكبيرة .

ويقوم المدرس بوضع خطة كاملة تشمل العام الدراسى كله ويقسم الى قسمين لكل صف دراسى ويوضح ما سوف يقوم بتدريسه فى كل قسم مع مراعاة التدرج من السهولة الى الصعوبة حسب مستوى التلاميذ البدنى والعقلى وبما يتفق مع ميولهم واحتياجاتهم ولتحقيق الأهداف التعليمية والتربوية الموضوعة لهذه المرحلة .

جـ- درس التربية الرياضية (للف الصف الخامس والسادس) :

درس التربية الرياضية هو الوحدة الصغيرة فى البرنامج الدراسى للتربية الرياضية الذى يمثل أصغر جزء من المادة ويحمل كل خصائصها ، فالخطة الشاملة لمنهج التربية الرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط الذى يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ مدرسته - فالدرس اليوم يعتبر حجر الزاوية فى كل مناهج التربية الرياضية ، ويتوقف نجاح الخطة كلها وتحقيق الأهداف العامة على حسن تحضير

واعداد واخراج وتنفيذ الدرس فهو يحتوى على أوجه نشاط متعددة ،
ولهذا وتنظيماً للعمل ورغبة فى الحصول على أكبر فائدة ممكنة من
الدرس اليومى اتفق على تقسيم الدرس فى الظروف العادية الى
الأجزاء الآتية :

١- المقدمة .

٢- التمرينات التشكيلية (التأهيلية) .

٣- النشاط التعليمى .

٤- النشاط التطبيقي (نشاط الجماعات) .

٥- النشاط الختامى .

٦- وقد ظهر تقسيم جديد فى بعض الدول المتقدمة فى التربية
الرياضية تشتمل على التمرينات المتباينة والأنشطة الرياضية المختلفة
المنظمة فسيولوجياً وسيكولوجياً بطريقة تربوية سليمة ، فقد قسم
الدرس الى ثلاثة أجزاء هى :

١- الجزء التمهيدي (الاعدادى) .

٢- الجزء الرئيسى .

٣- الجزء الختامى .

وهذا التقسيم لا يعنى استقلال كل جزء عن سابقه ، بل يوجد
ترابط بين أجزاء الدرس كلها ، فالجزء التمهيدي لا بد أن يرتبط
بالجزء الرئيسى أى يركز على احماء العضلات والمفاصل وتهيئتها
لزيادة الحمل فى الجزء الرئيسى وهكذا نجد أن كل جزء يمهّد للجزء
السابق له . وقد ظهر تقسيم آخر قسم الدرس الى أربعة أجزاء هى :

١- الاحماء .

٢- التمرينات البدنية .

٣- المهارات الحركية .

٤- التهيئة

وهكذا ترى أن أى تقسيم من التقسيمات السابقة للدرس لم تخرج عن الاطار العام لدرس التربية الرياضية وما يتضمنه كل قسم من الأنشطة التى تعمل على التمهيد للقسم الذى يليه ، ولو أننى أفضل التقسيم الأول خصوصاً فى المرحلة الأولى للمدرس .

١- المقدمة :

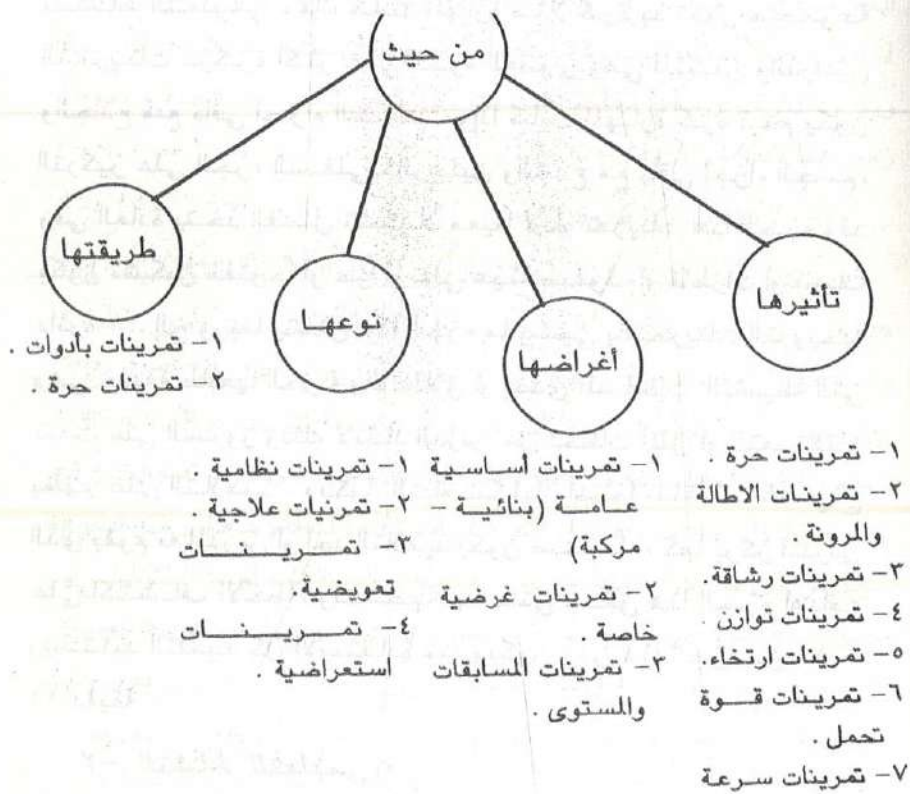
يعتبر الهدف الأساسى من نشاط المقدمة هو الاحماء والتدفئة العامة وذلك عن طريق اشراك جميع أجزاء الجسم فى الحركة وخاصة العضلات الكبيرة والمفاصل تمهيداً للعمل الأصعب الذى سيقوم به التلميذ فى باقى أجزاء الدرس ، كذلك يُعد التلميذ نفسياً لتقبل الدرس كله بروح المرح والسرور والانطلاق والحرية المنظمة بعيداً عن جدران الفصل . وربما يكون هذا عن طريق الجرى العادى أو الجرى المتنوع أو تمرينات بسيطة شكلية وألعاب سهلة بعيدة عن القوانين المعقدة وأن يكون من النوع الذى يشغل كل التلاميذ فى وقت واحد أطول فترة ممكنة خصوصاً إذا كان الجو بارداً . وللمقدمة فى الدروس الأولى من السنة الدراسية هدف آخر هو بث النظام فى نفوس التلاميذ وتعويدهم عليها ، مثل كيفية تكوين التشكيلات كالدائرة والصفوف والقاطرات أو معرفة كل تلميذ مكانه فى الاصطفاف أو تعويدهم على قول أرقامهم عند أخذ الغياب وحصر الحضور قبل بداية الحصة . ويجب ألا يتقيد المدرس بالشكليات فى تنفيذ نشاط المقدمة أو الاحماء فأى تشكيل يؤدى الغرض طالما كان هناك تلبية سريعة من التلاميذ لذا كان الواجب أن يبدأ العمل بسرعة حتى يبدأ الدرس بحيوية ونشاط ، وعموماً يكون زمن المقدمة ٥ دقائق تقريباً فى درس مدته ٤٥ دقيقة .

٢- التمرينات الأساسية (التشكيلية - التمهيلية - التأثيرية) :

والغرض منها العناية بقوام التلميذ ولياقته البدنية وتنمية التوافق

بين المجموعات العضلية المختلفة والتأثير على أجهزة الجسم الحيوية وزيادة مرونة المفاصل ويشترط صحة الأداء حتى تصل الحركة لأقصى مداها وتزداد مرونة العضلات وتقوى ، ويمكن تقسيم التمرينات الى عدة أقسام كالشكل الآتي :

تقسيم التمرينات الى عدة أقسام



وتمتاز تمرينات هذا الجزء بأنها أصعب من تمرينات المقدمة وأداؤها أدق مع ملاحظة أن تمرينات المقدمة وتمرينات هذا الجزء متكاملتين وتشتمل تمرينات هذا الجزء على :

- ١- تمرينات رجلين .
- ٢- تمرينات القوة .

- ٣- تمرينات ذراعين
٤- تمرينات منكبين .
٥- تمرينات جذع .
٦- تمرينات المشى .
٧- تمرينات رشاقة - مرونة - سرعة - تحمل .

ويمكن استخدام أدوات وأدوات بديلة لتنفيذ هذا الجزء ، وليس من الضروري أن يشتمل على كل التمرينات المذكورة ولكن يشمل مجموعة التمرينات التى تساعد على تهيئة العضلات والمفاصل للنشاط التعليمى ، فإذا كانت المهارة مثلاً كرة يد تكون مجموعة التمرينات مركزة أكثر على الجزء العلوى وهى المنكبين والذراعين والجذع مع باقى أجزاء الجسم ، وإذا كانت المهارة كرة قدم يكون التركيز على الجزء السفلى كالرجلين والجذع مع باقى أجزاء الجسم ، وفى العادة يتخذ الفصل تشكيلاً معيناً لأداء تمرينات هذا الجزء وقد يكون تشكيل مفتوحاً أو حراً أو على هيئة صفوف أو قاطرات أو نصف دائرة إلخ وربما يتخلل هذا الجزء ما يسمى بالتمرينات الترويقية وهى خفيفة طابعها الحرية والانطلاق أو إحدى المسابقات البسيطة التى تبعث على السرور وذلك لانقاذ الدرس من لحظات الملل أو التعب الذى يظهر على التلاميذ . ويكون النداء شكلياً واضحاً ناطقاً أما النموذج الذى يقوم به المدرس أو أحد التلاميذ يكون صحيحاً ، كما يركز المدرس على اكتشاف الأخطاء وتصحيحها حتى يحقق هذا الجزء أهدافه ويستفيد التلميذ كل الاستفادة منه ويكون زمن هذا الجزء من ١٠ - ١٢ دقيقة .

٣- النشاط التعليمى :

هذا الجزء هو النواة التى يبنى عليها الدرس كله . وهو صلب الخطة العامة والهدف التعليمى للدرس ، وتظهر أهميته لأن فيه يتعلم تلاميذ الفصل مهارة جديدة مندرجة حسب الوحدة الدراسية ويستحسن تجميع الفصل كله فى تشكيل واحد ، ويقوم المدرس بشرح المهارة الجديدة لفظياً لتوضيح أهميتها ثم عمل نموذج يقوم به المدرس

أو يختار أحد التلاميذ لتأديته تحت إشرافه ، ويجب أن يأخذ الفصل التشكيل المناسب الذي يساعد التلاميذ على سماع الشرح ومشاهدة النموذج (نصف دائرة - مربع ناقص ضلع إلخ) وقد يعطى المدرس فرصة لعدد من التلاميذ ليؤدوا المهارة ويقوم بتصحيح الأخطاء أمام الفصل كله . ثم يوزع التلاميذ الى مجموعات وعلى رأس كل مجموعة قائد ماهر من التلاميذ يقودها الى مكان التدريب تحت إشرافه وتقوم كل مجموعة بالتدريب على المهارة وبذلك تتاح لكل تلميذ الفرصة للتعلم عن طريق الممارسة ويمر المدرس على المجموعات لتصحيح الأخطاء . ويتوقف عدد المجموعات حسب إمكانات المدرسة ونوع المهارة ، ويمكن تعليم أكثر من مهارة فى الحصة الواحدة وعموماً زمن هذا الجزء ١٠ دقائق تقريباً .

٤- النشاط التطبيقي :

يعتبر هذا الجزء أحب أجزاء الجدول كله لنفوس التلاميذ وله قيمة تربوية حيث ينمى روح الجماعة ويعود التلاميذ على أمور القيادة والتبعية . وفيه يقوم التلاميذ بتطبيق المهارات السابقة ، أو التي تعلموها فى الجزء السابق من الدرس . ويمكن تقسيم الفصل الى مجموعات يتوقف عددها على الإمكانيات الموجودة بالمدرسة كالكور أو الأجهزة والأدوات . وتنتقل الجماعات تبعاً لنظام معين موضوع لتمارس كل جماعة نشاط معين . وتتبادل الجماعات أوجه النشاط ، أو عمل منافسات بين المجموعات تطبق فيها المهارات الجديدة ، وذلك لاكتساب التلاميذ فرصة تثبيت المهارة . والمفروض أن تنال كل مجموعة من اهتمام المدرس قدر ما يساوى ما تناله أى جماعة أخرى ، ويتواجد المدرس مع الجماعة التى تمارس نوعاً من النشاط فيه خطورة أو مع الجماعة التى تمارس النشاط الذى تعلمه الفصل فى النشاط السابق . فمثلاً يقسم الفصل الى أربع مجموعات ، مجموعة تمارس الدحرجة الأمامية مثلاً وأخرى تمارس التمرير بباطن القدم والمجموعتين الأخرتين فى منافسة لتثبيت مهارة التمرير بباطن القدم . ويتم تغيير المجموعات إما مع اتجاه عقرب الساعة أو عكسه . بحيث

تتمكن كل مجموعة من المرور على باقى الأنشطة ، ويكون المدرس مع المجموعة التى تمارس تطبيق المهارة الجديدة لتصحيح الأخطاء وفى أول العام الدراسى يكون زمن النشاط التعليمى أكبر من النشاط التطبيقى وفى أواخر العام يكون العكس . وعموماً زمن هذا الجزء ١٠ دقائق تقريباً .

النشاط الختامى :

الغرض من هذا النشاط هو تهدئة التلاميذ نفسياً وعضوياً والرجوع بأجهزة الجسم الى حالتها الطبيعية وتهيئة التلاميذ للرجوع الى حجرة الدراسة ويشتمل هذا الجزء على تمرينات بطيئة التوقيت هادئة حتى تهدئ من سرعة التنفس كالمرجحات أو رفع الذراعين عالياً مع رفع العقبين . ثم يتم فى هذا الجزء نوع من أنواع تقويم الحصة والتعزيز هنا له دور فعال ومهم جداً . ويمكن انهاء الحصة بصيحة أو أربع خطوات فى المحال وأربع تصفيقات . ويستغرق هذا الجزء حوالى ٥ دقائق تقريباً (يمكن الرجوع للوحدة التعليمية فى نهاية الكتاب) .

ومن هنا نجد أن الزمن المخصص لاجزاء الدرس فى حصة ٤٥ دقيقة هو :

المقدمة - الاحماء	٥ دقائق .
التمرينات	١٠ دقائق .
النشاط التعليمى	١٠ دقائق .
النشاط التطبيقى	١٠ دقائق .
النشاط الختامى	٥ دقائق .

وبذلك يصبح الاجمالى ٤٠ دقيقة ، وتترك الخمس دقائق الأخرى للأعمال الادارية لأخذ الغياب وخلع الملابس .

درس التربية الرياضية فى ظروف خاصة :

تعد دروس التربية الرياضية عادة لتلائم الجو المعتدل وتعطى فى الهواء الطلق ، ولكن يجب مراعاة بعض النقاط الهامة إذا كان الجو

بارداً جداً أو حار جداً أو ليس بالمدرسة فناء أو ملعب لتنفيذ الدرس ، أو ربما وجدت صالة ألعاب مكيفة ومجهزة بكل الامكانيات . ولهذا وجب على المدرس أن يكون مستعداً لمواجهة مثل هذه الظروف .

١ - درس التربية الرياضية فى الجو البارد جداً :

يجب أن يعمل المدرس على تدفئة التلاميذ ، فتكون سمة الدرس كله الحركة المستمرة أ - فالمقدمة مثلاً لا بد أن تكون طويلة ومتنوعة عبارة عن جرى ووثب ويكون زمنها أكثر من المعتاد .

ب - جزء التمرينات يحتوى على تمرينات عنيفة فتشمل أجزاء الجسم كلها مثل ثنى الجذع أماماً أسفل ، ولا داعى لتمرينات ثنى الذراعين مثلاً ويمكن اعطاء هذا الجزء من انتشار حر بعيداً عن الشكليات حتى لا تدع التلميذ يقف لحظة يستمع لشرح ولكن يكتفى بتقليد النموذج فقط . ويكون تصحيح الأخطاء فى حيز ضيق لأن الهدف هو تدفئة التلاميذ .

ج - يمكن الغاء جزء النشاط التعليمى أو تعليم مهارة بسيطة يمكن أداؤها فوراً ولا تتقيد بخطوات التعليم ولكن يترك للتلميذ حرية تنفيذ هذه المهارة مع محاولة التصحيح بنفسه أو بتوجيه بسيط من المدرس .

د - يزداد وقت النشاط التطبيقى والتدريب على المهارات فى صورة منافسات تعمل على تنشيط الدورة الدموية وتجعل الجسم فى حالة حركة دائمة فلا يحس بالبرد .

هـ - يمكن اضافة وقت النشاط الختامى الى النشاط التطبيقى أو اعطاء بعض تمرينات بسيطة تعمل على التهدئة مع الاحتفاظ بدرجة حرارة الجسم . ويستحسن الاكثار من المسابقات والمطاردات التى تبعث على المرح والسرور والتى تلهى التلميذ عن حالة الجو ، مع مراعاة لبس التلاميذ ملابسهم كاملة بمجرد الانتهاء من الدرس مباشرة .

١ - درس التربية الرياضية فى وجود صالة مغلقة :

يعطى الدرس كالمعتاد سواء كانت الصالة مكيفة أو غير مكيفة وتراعى التهوية الجيدة مع عدم وجود تيار هوائى مباشر على التلاميذ . وبحيث تكون درجة الحرارة مناسبة كالجو العادى ، أو أبرد قليلاً . ويمكن التعديل فى حجم المجموعات وطريقة التغير طبقاً للمساحة المتاحة للصالة . وعموماً ليس هنا تغيّر جوهري فى درس التربية الرياضية خلاف ملاحظة الصوت حيث أنه أقوى داخل الصالة .

٣ - درس التربية الرياضية فى الجو الحار جداً :

يجب تعديل الدرس بحيث يتناسب مع الجو . فالمقدمة مثلاً أو الاحماء يكون بسيطاً ومشوق سواء الجرى الخفيف أو لعبة تبعث على المرح والسرور . والتمرينات سهلة غير معقدة . ويجب استغلال أى جزء فيه ظل فى الملعب كظل شجرة مثلاً أو تحت مظلة ولا يشترط الشكليات فى التشكيل ويكون النداء بسيط وقاطع . ويتم التركيز على اكتشاف وتصحيح الأخطاء . ولا داعى للتمرينات العنيفة التى تظهر فيها القوة ونكتفى بالتمرينات السهلة المنشطة ، وقد يكون النشاط التعليمى أطول زمناً من النشاط التطبيقى مع اجراء بعض المسابقات والألعاب الصغيرة التى تبعث على المرح وتقلل من فترات الملل فى الدرس .

ويكون النشاط الختامى أطول لاعطاء وقت أكبر لتجفيف العرق واستعادة الجسم لوضعه الطبيعى .

٤ - درس التربية الرياضية داخل الفصل :

قد يضطر المدرس لاعطاء درس التربية الرياضية داخل الفصل ، ربما بسبب المطر أو عدم صلاحية أرض الملعب لوجود مياه وأوحال . وهذه فرصة طيبة لاعطاء التلاميذ بعض المعلومات النظرية وتحقيق الأهداف المعرفية للدرس ، كشرح بعض مواد بسيطة من قانون لعبة ما ، أو شرح مهارة سوف يقوم بتأديتها فى الحصص القادمة ، أو

توجيه التلاميذ لاتباع قواعد صحية سليمة ، أو عمل بعض المسابقات التي يغلب عليها الطابع الفكرى والتي تحقق الأهداف السلوكية للمجال الادراكى أو المعرفى . كما يمكن للمدرس اعطاء بعض التمرينات البسيطة التي لا تحتاج لمساحات كبيرة لتمرينات الذراعين أو الرجلين أو حركات الطعن البسيطة والتي يمكن تأديتها إما فى الفراغات بين مقاعد الدراسة أو بمحاولة استغلال مساحة الفصل ونقل بعض المقاعد الى الخلف واعادتها فى نهاية الحصة . ويجب مراعاة التهوية الكاملة للمكان وعدم اصدار أصوات تؤثر على باقى الفصول ، مع التركيز على بعض الأهداف التربوية التي تنمى فى التلميذ الاتجاه الايجابى نحو درس التربية الرياضية . وبذلك لا يحرم التلاميذ من حصص التربية الرياضية بسبب المطر أو أى شئ آخر .

ومما سبق يتضح لنا ان مدرس التربية الرياضية يجب أن يكون على استعداد تام لمواجهة أى مواقف قد تؤثر على تنفيذ الدرس . مع مراعاة التقدم الدائم فى الدرس طبقاً للوحدة التعليمية ، ومراعاة الحمل والتدرج به من البسيط الى الأكثر صعوبة . وكل هذا لا يتأتى إلا من خلال اعداد وتحضير وتنفيذ جيد لدرس التربية الرياضية .

نموذج لقصة حركية

الغرض التربوي : تنمية الخيال

أقسام	مادة الدرس
الدرس	(وقوف الذراعان عالياً) الجرى أماماً مع الوثب عالياً . الانطلاق في سفينة الفضاء .
(نشاط الاحماء)	(وقوف فتحاً - انثناء) لف الجذع مع مد الذراعين عالياً . الصاروخ ينطلق في الفضاء .
الحركات والمهارات	(وقوف) ثني الركبتين كاملاً مع رفع الذراعين جانباً ببطء . هبوط سفينة الفضاء على سطح القمر .
البدنية للحصة	(وقوف الذراعان أماماً) قذف الذراعين جانباً . الفضاء . استكشاف منطقة الهبيود .
	(وقوف فتحاً الذراعان عالياً) ثني الذراعين مع ثني الجذع أماماً أسفل ببطء . انزال الأجهزة العلمية الحفر لكسر الصخور .
	(وقوف فتحاً الذراعان عالياً) تبادل ثني الذراعين على الصدر . رفع العلم . العودة الى سفينة الفضاء واغلاق الأبواب .
	(اقعاء الذراعان عالياً) مد الركبتين عالياً ببطء . سفينة الفضاء تغادر سطح القمر .
	(وقوف الذراعان عالياً) ثني الركبتين والذراعين كاملاً . هبوط سفينة الفضاء الى الأرض .
	(وقوف) الجرى أماماً ثم الوثب مع فتح الرجلين جانباً ورفع الذراعين مائلاً عالياً «وثبة النجمة» . فرحة المستقبليين برجال الفضاء .
الالعاب والمسابقات	لعبة مصيدة الفئران
الختام	تقويم الدرس (وقوف) المشي في المكان أربع مرات ثم التصفيق أربع مرات .

الغرض التعليمي : أ- بدنى : وثبة النجمة

الصف الأول

ب- مهاري

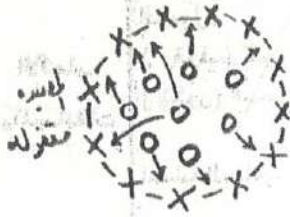
شرح أنواع النشاط

موجز القصة : رحلة الى القمر

موجز القصة : أعدت الولايات المتحدة سفينة فضاء الى القمر انطلقت برجال الفضاء وأخذت تدور حول القمر حتى هبطت على سطحه وفتحت أبوابها وهبط رجال الفضاء من سلم السفينة ولسوا سطح القمر ورفعوا علم بلادهم على سطحه وقاموا بتركيب بعض الأجهزة العلمية وأخذوا يستكشفون المكان حولهم ثم أخذوا يحفرون على سطح القمر وأخذوا بعض الصخور معهم عند عودتهم الى الأرض ولما انتهوا من ذلك صعدوا سلم سفينة الفضاء ثم أغلقوا بابها وانطلقت السفينة عائدة بهم الى الأرض وكان في استقبالهم عند عودتهم أهلهم ومواطنوهم فرحين بنجاحهم مسرورين من شجاعتهم .

لعبة مصيدة الفيران :

- يقسم تلاميذ الفصل الى قسمين متساويين يقف أحدهما على محيط دائرة متشابكي الأيدي يمثلون «المصيدة» .
- يقف القسم الثاني داخل الدائرة يمثلون الفئران ويبدأ اللعب بأن يجرى الفئران داخل المصيدة يقف التلاميذ على محيط الدائرة «المصيدة» أيديهم عالياً وعندما يخفضون تقفل المصيدة .
- عندما تفتح المصيدة ينضم من هم خارج المصيدة الى المصيدة ، وهكذا تكرر اللعبة حتى يبقى فأر واحد يكون هو الفائز .



الغرض التربوي : حب الرياضة

مادة الدرس	أقسام الدرس
(وقوف) الجري أماماً مع عمل حركات مختلفة . تقليد اللاعب في أى لعبة .	(وقوف) الجري أماماً مع عمل حركات مختلفة . تقليد اللاعب في أى لعبة .
(وقوف) الوثب فى المكان عالياً مع دوران الذراعين . (وقوف فتحة الذراعان أماماً) ثنى الجذع أماماً أسفل مع تحريك الذراعين .	(نشاط الاحماء) (وقوف) الوثب فى المكان عالياً مع دوران الذراعين . (وقوف فتحة الذراعان أماماً) ثنى الجذع أماماً أسفل مع تحريك الذراعين .
(وقوف) الوثب أماماً والهبوط لوضع التكور . (وقوف) الوثب مع رفع الذراعين أماماً عالياً .	(الحركات والمهارات البدنية للقفز) (وقوف) الوثب أماماً والهبوط لوضع التكور . (وقوف) الوثب مع رفع الذراعين أماماً عالياً .
(وقوف) الوثب عالياً مع ثنى الرقبة . (وقوف) الجرى أماماً ثم قذف الرجل أماماً عالياً .	(وقوف) الوثب عالياً مع ثنى الرقبة . (وقوف) الجرى أماماً ثم قذف الرجل أماماً عالياً .
(وقوف) الجرى أماماً عالياً تقوساً قذف الذراعان أماماً بقوة . (وقوف) الجرى أماماً بسرعة مع تفادى الزميل .	(وقوف) الجرى أماماً عالياً تقوساً قذف الذراعان أماماً بقوة . (وقوف) الجرى أماماً بسرعة مع تفادى الزميل .
(وقوف) الجرى أماماً عالياً خلفاً . (تكور) الدرجة الأمامية .	(وقوف) الجرى أماماً عالياً خلفاً . (تكور) الدرجة الأمامية .
اضابة السلة .	
تقويم الدرس	
(وقوف) السير فى المحل مع رفع الركبة عالياً	(نشاط تعليمي)
	الختام

دعای الحشر و دعا برای دفع بلا

الصف الثاني

ب۔ مہاری

شرح أنواع النشاط

لاعب كرة القدم

اصابة السلة :

يقسم الفصل الى فرق كل فريق حوالى ثمانية ويقف كل فريق على محيط دائرة
ومعه كرة تنس او قطعة اسفنج وتوضع داخل كل دائرة سلة .

مرتبة أو	مرتبة أو		• يحاول كل لاعب في دوره رمي الكرة لاصابة السلة من مكانه على محيط الدائرة وإذا نجح اللاعب في ذلك يفوز بنقطة . • يمنح اللاعبون عدداً متساوياً من الرميات ويفوز اللاعب الذي يسجل اكبر عدد من النقاط .
حبل	حبل		
حسب	حسب عدد الفصل أو عدد الدوائر		
عدد			
الفصل أو			
عدد الدوائر			

ملحوظة :

يمكن تمديد الزمن والفرق الفائق الذي يسجل أكبر عدد من النقاط في نهاية الزمن المحدد .

- فى حالة تعذر وجود سلال ترسم دائرة صغيرة يتم التصويب داخلها .

تمريعات على شكل ألعاب

الغرض التربوى : النظام

أقسام الدرس	مادة الدرس
الاحماء	الرداذ والمطر
التمرينات الهدنية	رجلين (وقوف الوضع أماماً - الذراعان عالياً) ثنى الركبتين كاملاً مع تبادل ثنى الذراعين على الصدر . جذع (وقوف) ثنى الجذع أماماً أسفل . منكبين (وقوف انثناء عرضاً) مد الذراعين أماماً ثم قذفهما جانباً ثم أسفل . رقبة (جلوس طولاً - الذراعان أماماً) ثنى الذراعين على الصدر
	لياقة (وقوف - الذراعان جانباً) رفع العقبين المشى أماماً - ثنى الجذع جانباً .
المهارات الرياضية	كرة القدم : ١- قاطرتان مواجهتان المسافة بينهما ١٠ متر - وفي منتصف المسافة جهاز وثب عالى أو عائق بارتفاع ٥٠ سم - محاولة ضرب الكرة بسن القدم بين المجموعتين على التوالى بحيث ترتفع فوق العائق . ٢- قاطرات أمام حائط على بعد خمسة أمتار - محاولة ضرب الكرة بسن القدم . لتلافى الحائط أو الهدف فوق خط أفقى مرسوم على الحائط على ارتفاع ٥٠ سم من الأرض . يراعى التالى : ١- الاقتراب من الكرة فى خط مستقيم . ٢- وضعه القدم الثابتة بجوار الكرة وعلى يسارها والتصويب بالقدم اليمنى . ٣- ضرب الكرة من أسفل بسن القدم لترتفع عالياً .
الختام	ألعاب صغيرة : ٣- اخلع طوقك : يرقم لاعبى كل فريق بأرقام متتالية عكسية ينادى المدرس أى رقم ٣ مثلاً يقوم اللاعب رقم ٢ من كل فريق بالجرى نحو طوق فريقه - يحاول تقريره حول جسمه من الرأس للرجلين ثم يعود مسرعاً لمكانه - يحتسب للفريق الفائز نقطة . ٤- المسكن الجديد : أربع قاطرات على أركان أربع - وأمام كل دليل قاطرة علم أو مكعب خشبى فى دائرة - عند سماع الصفارة - يلتقط أول كل قاطرة العلم ليجرى ليضعه فى دائرة الفريق الذى على يمينه - ثم يعود سريعاً لآخر قاطرته - الأول يحتسب لفريقه نقطة . تقويم الدرس - وقوف المشى فى المكان أربع مرات ثم التصفيق أربع مرات .

الغرض التعليمي : أ- بدنى : ضرب الكرة بسن القدم

الصف الثالث

ب- مهاري

شرح أنواع النشاط

الأدوات والأجهزة

ينتشر التلاميذ في الملعب - وينادي المدرس « رداد » في المحل -
ثم فجأة ينادي المدرس « مطر » فيغير التلاميذ إلى الجري السريع
في المحل مع التصفيق على الفخذين ثم المطر .

شد الحبل لفرد الشراع

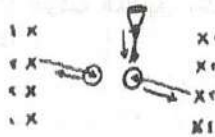
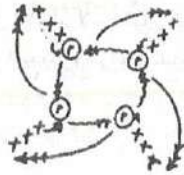
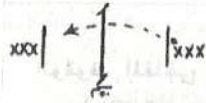
البحار يربط حبال

القارب .

سباحة الصدر .

التحديف .

حفظ التوازن في القارب



كرة قدم

أو

اسفنج

جهاز وثب على

كرة قدم أو اسفنج

طوقين أو حبلين على

شكل طوق ؟

مكعبات خشبية أو اعلام

الغرض التربوى : اشباع روح المنافسة

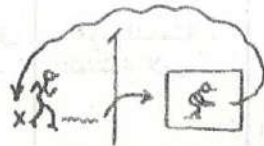
مادة الدرس	أقسام الدرس
مع الإشارة	
رجلين (جلوس على أربع) مد الركبتين مع رفع الذراعين عالياً . (وقوف فتحاً - ثبات الوسط) لف الجذع . جذع (وقوف) دوران الذراعين أماماً عالياً أسفل . منكبين (وقوف) مرجحة الذراعين متوازيين جانباً مع لف الرقبة . رقبة (المرجحة الجانبية المتوازية) . لياقة (وقوف ثبات الوسط) رفع الركبة .	الاحماء التمرينات البدنية
الوقوف المفاجئ فى عدة واحدة كرة السلة : يلاحظ الآتى : اتزان الجسم بالتساوى مع القدمين مع هبوط الحوض لأسفل ويكون النظر للأمام أو كرة يد الاستقبال باليدين فى مستوى الصدر . يجب مراعاة التالى : ١- مد الذراعين للأمام لاستقبال الكرة مع مرونة مفصلى المرفقين . ٢- فتح أصابع اليدين ومراعاة عدم توترها وامتصاص حدة الكرة بثنى المرفقين . ٣- تركيز النظر على الكرة .	المهارات الرياضية
العاب قوى : الوثب الطويل بطريقة القرفصاء يجب ملاحظة : ١- الاقتراب بسرعة ثم الارتقاء من على خط مرسوم على الأرض الطيران فى الهواء لتعدية الكرة أو المقعد مع ضم الركبتين على الصدر - الهبوط على القدمين معاً فى الحفرة . ٢- الكشف على قدم الارتقاء عن طريق الحجل على القدم - والقدم التى يمكن الحجل عليها بسهولة تكون هى قدم الارتقاء .	
تقويم الدرس - (وقوف) رفع العقبين مع رفع الذراعين جانباً بطيئاً فى عدتين .	التهدئة

الغرض التعليمي : أ - بدنى (كرة سلة الوقوف المفاجئ في عدة واحدة

ب - مهاري : ألعاب قوى - الوثب الطويل بطريقة القرفصاء

الصف الرابع

شرح أنواع النشاط	الأدوات والأجهزة
 يجر التلاميذ بطول الملعب ومع الصفرة يشير المدرس بيده في اتجاه معين فيغير التلاميذ الجرى في الاتجاه الذي أشار اليه المدرس بيده ويكرر زيادة سرعة الحركة في مد الركبتين . زيادة مدى حركة لف الجذع . زيادة سرعة حركة دوران الذراعين . زيادة مدى حركة رفع الركبة عالياً .	بدون أداة نمو الأشجار في حديقة المنزل مروحة الغسالة تدور المروحة بندول الساع ارتداء الشراب
١ - الخيال : يجرى «أ» في المكان ، يجرى «ب» خلفه ، يحاول الوقوف فجأة في عدة واحدة مع لمس الأرض بالأصابع ويحاول تقليده في نفس الوقت . ٢ - عبور المانع : الجرى في المل - ثم محاولة الارتقاء والوثب حبل ارتفاع ١٠ سم ثم الهبوط مرة بالقدمين متوازيين ومرة ومتقدمة عن الأخرى مع لمس الأرض بأصابع اليدين على جانب الجسم . ١ - وقوف اللاعبين في قاطرتين مواجهةيتين . ٢ - التمرير للزميل المقابل . ٣ - الجرى عقب التمرير للوقوف خلف القاطرة واستمرار التمرير . ١ - يقسم التلاميذ حسب قدم الارتقاء الى مجموعتين يمين/ يسار . ٢ - يقوم كل تلميذ بالوثب فوق الكرة أو المقعد السويدي ثم الهبوط في حفرة الوثب على القدمين معاً ثم الخروج من الحفرة للأمام . ٣ - تؤدي منافسة بين التلاميذ في الوثب لأبعد مسافة ممكنة .	بدون أداة حبل ارتفاع ١٠ سم أو خطين متوازيين كل منهما ٥٠ سم كرة جلد خفيفة من حجم كرة اليد حفرة خط الارتقاء كرة أو مقعد سويدي أو حبل منخفض



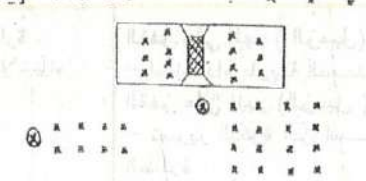
درس التربية الرياضية

الغرض التربوي : تنمية روح الشجاعة

المحتوى	الأهداف	الزمن	اجراء الدرس
- الجرى المتنوع حول الملعب ويشمل : - الجرى العادى . - الجرى مع رفع الركبة . - الجرى المتعرج . - الجرى بالجانب . - الجرى بالظهر . - الجرى مع الوثب عالياً . - أو لعبة صغيرة تتناسب مع مستوى التلاميذ ومساحة الملعب وتحقيق الهدف أو جري الموانع .	- تجهيز واعداد عام للجسم .	٧ق	المقدمة
- (وقوف) الطعن أماماً مع رفع الذراعين جانباً وضغط المنكبين خلفاً . - (وقوف فتحاً ، لمس الرأس) مد الذراعين عالياً مع ثنى الركبتين . - (وقوف ، الذراعين أماماً مشتبك) محاولة دفع الزميل للخلف للاخلال بتوازنه . - (وقوف ، مواجهة الوضع أماماً ، الذراعين على الحائط) محاولة دفع الحائط .	- تعليم وتثبيت وتصحيح الأخطاء اعداد الجسم عام وخاص للنشاط التعليمي اصلاح تشوهات القوام .	١٠ق	الاعداد البدنى
- عمل حركات أرضية وجمل حركية « جملان » . - الضربات الساحقة والدوران « كرة طائرة » . - حائط الصد .	- تعليم المهارة . - تصحيح الأخطاء .	١٠ق	النشاط التعليمى
- عمل منافسات فى الحركات الأرضية الحركية على شكل جمل أرضية . - عمل منافسات فى الضربات الساحقة وحائط الصد .	- تطبيق المهارة . - تثبيت المهارة . - تصحيح الأخطاء	١٥ق	النشاط التطبيقى
- (وقوف) رفع العقبين وتأدية الصيحة . - تقويم نتائج الدرس . - الاصطفاف للاغتسال والرجوع للفصل .	- تقويم للحصة . - تهدئة التلاميذ .	٣ق	النشاط الختامى

الغرض التعليمي : مهاري : كرة طائرة (الضربات لساحقة - حائط

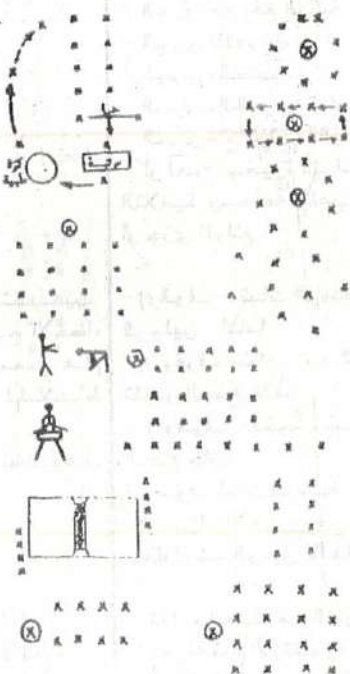
الصد) جمباز (حركات أرضية) الصف الخامس والسادس

الأدوات	التشكيلات
كور طبية أحبال	
جير مراتب اسفنج شبكة كرة طائرة	
	
	
	

الغرض التربوي : تنمية الثقة بالنفس

المحتوى	الأهداف	الزمن	اجراء الدرس
- الجري المتنوع حول الملعب ويشمل : - الجري العادي . - الجري مع رفع الركبة . - الجري المتعرج . - الجري بالجانب . - الجري بالظهر . - الجري مع الوثب عالياً . - أو لعبة صغيرة تتناسب مع مستوى التلاميذ ومساحة الملعب وتحقيق الهدف أو جري الموانع .	تجهيز واعداد عام للجسم .	٧ق	المقدمة
- (وقوف) الضغط أماماً مع رفع الذراعين جانباً . - (وقوف انثناء ، مد الذراعين مع تقوس الجذع خلفاً ورفع ال عقبين . - (وقوف ، مواجهة ، الوضع أماماً) دفع الزميل بيد واحدة أماماً . - (انبطاح ، الذراعين جانباً) تقوس أعلى الظهر مع ضغط الذراعين خلفاً .	تعليم وتثبيت وتصحيح الأخطاء اعداد الجسم عام وخاص للنشاط التعليمي اصلاح تشوهات القوام .	١٠ق	الاعداد البدني
- القفز على المهر (الزميل) وضع اليدين . - استخدام طريقة السند الصحيحة في القفز على المهر (الزميل) . - تمرير الكرة من أسفل في الكرة الطائرة .	- تعليم المهارة . - تصحيح الأخطاء .	١٠ق	النشاط التعليمي
- عمل منافسات في القفز على المهر وطريقة السند (الزميل) . - عمل منافسات في تمرير من أسفل للكرة الطائرة . - عمل منافسات للارسال بأنواعه في الكرة الطائرة .	- تطبيق المهارة . - تثبيت المهارة . - تصحيح الأخطاء .	١٥ق	النشاط التطبيقي
- تقويم نتائج الدرس . - الاصطفاف للاغتسال والرجوع للفصل .	- تقويم للحصة . - تهدئة التلاميذ .	٣ق	النشاط الختامي

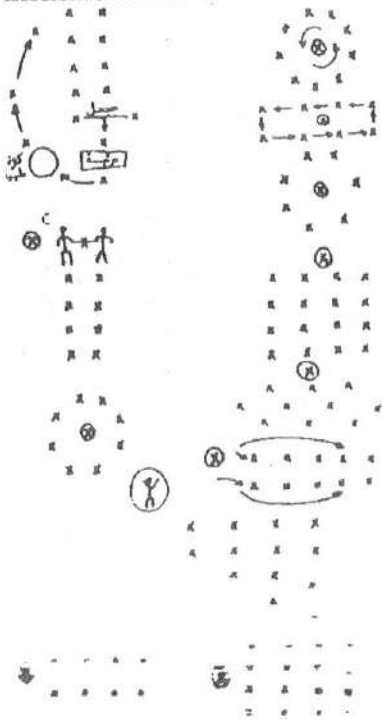
الغرض التعليمي : مهاري : كرة طائرة (تمرير الكرة من أسفل -
الارسال) جمباز (القفز على المهر)
الصف السابع والثامن

الأدوات	التشكيلات
مهـر كرة طائرة	

الغرض التربوي : تقبل واحترام القوانين

المحتوى	الأهداف	الزمن	اجراء الدرس
- الجرى المتنوع حول الملعب ويشمل : - الجرى العادى . - الجرى مع رفع الركبة . - الجرى المتعرج . - الجرى بالجانب . - الجرى بالظهر . - الجرى مع الوثب عالياً . - أو لعبة صغيرة تتناسب مع مستوى التلاميذ ومساحة الملعب وتحقيق الهدف أو جري الموانع .	- تجهيز واعداد عام للجسم .	٧ق	المقدمة
- (وقوف - ثبات الوسط) تبادل وضع الرجلين أماماً . - (وقوف انثناء ، مد الذراعين جانباً مع تقوس الجذع خلفاً . - (وقوف ، فتحاً . ثبات الوسط) ثنى الجذع جانباً . - (وقوف ثبات الوسط على قدم واحدة تشبيك الأخرى مع رجل الزميل) - محاول شد الزميل لالخلال توازنه :	- تعليم وتثبيت وتصحيح الأخطاء اعداد الجسم عام وخاص للنشاط التعليمى اصلاح تشوهات القوام .	١٠ق	الاعداد البدنى
- تعليم العجلة من الحركة . - معرفة قدم الارتقاء والدفع لأعلى . - أداء الوقفة الصحيحة وحركة القدمين فى الكرة الطائرة . - تمرير الكرة من أعلى فى الكرة الطائرة .	- تعليم المهارة . - تصحيح الأخطاء .	١٠ق	النشاط التعليمى
- عمل منافسات لتطبيق العجلة من الحركة والتدريب على طريقة السند . - عمل منافسات لمعرفة قدم الارتقاء والدفع لأعلى . - عمل منافسات فمعرفة الوقفة الصحيحة . - تقويم نتائج الدرس . - الاصطفاف للاغتسال والرجوع للفصل .	- تطبيق المهارة . - تثبيت المهارة . - تصحيح الأخطاء	١٥ق	النشاط التطبيقى
	- تقويم للحصة . - تهدئة التلاميذ .	٣ق	النشاط الختامى

الغرض التعليمي : مهارى : كرة طائرة (الوقفة الصحيحة - تمرير الكرة الى أعلى) جمباز (العجلة - معرفة قدم الارتقاء) الصف التاسع

الأدوات	التشكيلات
جير مراتب اسفنج كرات طائرة كرات بديلة	

صفات درس التربية الرياضية الجيد :

- أن يكون للدرس هدف واضح معروف يرجى الوصول اليه سواء كان تربوياً أو تعليمياً أو الاثنى معاً .
- أن تكون أوجه النشاط مبنية على أساس سليم سواء من الناحية النفسية أو التربوية .
- أن تراعى أوجه النشاط الأسس النفسية للتلاميذ كالميول والاحتياجات والفروق والنمو وتكوين الاتجاهات الايجابية نحو درس التربية الرياضية .
- أن تكون أوجه النشاط ملائمة لحالة الجو مع مراعاة النظافة الشخصية .
- أن يتخلل الدرس نشاط حر تلقائي يبعث على السرور والبهجة ويحرر التلاميذ من التشكيلات والنداءات الشكلية .
- يحقق مبدأ اشراك التلاميذ أطول فترة ممكنة من الحصة .
- يحقق مبدأ بث القيم والمعايير الاجتماعية وتكوين الاتجاهات الايجابية نحو المدرسة والمجتمع .
- أن يتبنى أوجه النشاط واختيار طرق التدريس على الأسس العلمية للعلوم الأساسية للتربية الرياضية مثل علم التشريح وعلم وظائف الأعضاء وعلم الحركة وعلم النفس ... إلخ .
- أن تتناسب أوجه النشاط مع الامكانيات الموجودة بالمدرسة سواء كانت امكانيات مادية أو بشرية .
- يجب أن يكون الدرس مشوقاً ومرحاً وفيه تسلسل واتساق بحيث ينقل التلاميذ من جزء الى جزء فى يسر وسهولة .
- أن يبعث الدرس على تعليم القيادة والريادة وحسن التبعية وذلك لتدريب التلاميذ على مواجهة المواقف المختلفة فى الحياة العادية .
- كلما كان التعاون بين التلاميذ والمدرس فى تنفيذ أوجه النشاط

بعيداً عن الشكلية والتعقيد وقريباً من التلقائية والنشاط الحر الذى تظهر فيه قدرة التلميذ على التنفيذ كلما ساعد ذلك لتحقيق هدف التعليم الذاتى كل حسب قدرته وهو الهدف الذى نسعى للوصول اليه .

ثانياً : النشاط الداخلى :

يعتبر هذا النشاط امتداداً لدروس التربية الرياضية ، ويتميز بالمزيد من حرية اختيار التلميذ لما يمارسه من أوجه النشاط داخل المدرسة ، كل حسب ميوله وقدراته واحتياجاته . كما يساعد على تدريب التلاميذ على تحمل المسؤولية واشراكهم فى الاعداد والتنظيم والتحكيم والتسجيل والاعلام .

أهداف النشاط الداخلى :

- ١- رفع مستوى التلاميذ فى الأنشطة المختلفة باستمرار لممارستهم لها تحت الاشراف والتوجيه المدرسى .
 - ٢- استكمال تحقيق أهداف خطة التربية الرياضية بالمدرسة .
 - ٣- تربية القيادات الرياضية والعمل على ترسيخ مفهوم القيادة والريادة .
 - ٤- الكشف عن المواهب الرياضية والعمل على صقلها ورعايتها .
 - ٥- تكوين فرق المدرسة فى الألعاب المختلفة باختيار أحسن المواهب التى تظهر خلال المباريات .
 - ٦- شغل وقت الفراغ بنشاط هادف يحقق الأهداف التربوية . ويمكن تنفيذ هذا النشاط فى جزئين أساسيين .
- ١- اقامة منافسات بين الفصول والسنوات الدراسية فى الألعاب المختلفة ، سواء الجماعية أو الفردية . وهذا يتوقف على الامكانيات الموجودة بالمدرسة . فكل مدرسة تضع النشاط المناسب لها حسب امكانياتها . وهذا يساعد على اشراك أكبر عدد من تلاميذ المدرسة فى ممارسة الأنشطة المختلفة .

ب- عمل لجان من تلاميذ المدرسة للاعداد والتخطيط والتنفيذ والتحكيم لهذا النشاط مما يساعد التلاميذ على الاعتماد على أنفسهم وتحملهم المسؤولية كل حسب قدراته وامكانياته وميوله ، مما يحقق أهداف استجابة التلاميذ نحو التعلم الذاتى ومحاولة التصدى لمشكلات المجتمع .

ثالثاً : النشاط الخارجى :

وهو الجزء الثالث لتحقيق أهداف خطة التربية الرياضية بالمدرسة ، والعمل على الخروج من نطاق المدرسة الى التعامل مع البيئة المحيطة وذلك عن طريق الاشتراك فى المسابقات التى تنظمها ادارة التعليم بين مدارس المنطقة أو اقامة أيام رياضية مع المدارس والهيئات المجاورة ، بهدف اكتشاف المواهب الرياضية وصقلها وتوجيهها لتكون ذخيرة فعالة يستخدمها المجال الرياضى فى القطاع الأهلى كخامات صالحة لتمثيل البلاد فى المباريات المحلية والدولية أو اشراكهم فى النوادى التى تعمل على رعايتهم وتنمية مهارتهم . وتقوم مديريات التعليم بوضع برامج هذا النشاط لكل مرحلة على حدة فى الألعاب المختلفة ، وتكوين منتخبات المنطقة فى الألعاب المختلفة للمنافسة مع باقى المناطق التعليمية ، أو الهيئات الأخرى . وهذا النشاط يعمل على اكتشاف المواهب الرياضية والدفع بها الى المستويات الأعلى لتعدها بدنياً ومهارياً واجتماعياً .

رابعاً : برامج الخواص بالمدرسة :

وهى محاولة اشراكهم فى الأنشطة كباقى زملائهم سواء فى الاعداد أو الخطيط أو التحكيم كل حسب مقدرة وامكانياته حتى لا يشعروا بأنهم أقل من زملائهم فى المدرسة . أما برامج الخواص فهى متعددة حسب الحاجة ولها نظام خاص للتدريس فى المدارس الخاصة بهم . ولا يسع المجال هنا للتعرض اليها ولكن توجد بعض حالات بسيطة ضمن تلاميذ المدارس العادية فلا تحرمهم من الاشتراك مع

زملائهم حتى يشعروا بقيمتهم وهذا يمكن أن يخفف عنهم شعورهم بالعجز .

دور النداءات فى تنفيذ درس التربية الرياضية

النداء :

عندما يريد المدرس تحويل التمرين المكتوب الى حركة يؤديها التلاميذ فإنه يستخدم أسلوباً معيناً لتوضيح الحركة ومداها ومواصفات التمرين والجزء المتحرك واتاهه واعطاء الأمر ببدء الحركة وإيقاعها . كل هذا هو ما يُعرف بالنداء .

تعريف النداء :

هو عبارة عن كلمات خاصة تلقى على التلاميذ بطريقة خاصة لأداء الأوضاع والحركات أو التوقف عن الأداء . وينقسم النداء الى ثلاثة أقسام هى :

التنبيه : يتكون من عدة كلمات تدل على أجزاء الجسم المراد تحريكها وبيان اتجاه حركتها . وقد يسبقه عدة ألفاظ لايضاح الحركة من حيث بالعدد أو بالوثب أو بالتوقيت .
مثال : الذراعان ثنى .

القدمين متباعدين ... ضع

برهة الانتظار : هى مدة السكون الواقعة بين التنبيه والحكم . والهدف منها إتاحة الفرصة أمام التلاميذ لاستيعاب المطلوب منهم فى التنبيه ، والاستعداد للعمل عند سماع الحكم .
الحكم : هى الكلمة التى يبدأ بعدها التلاميذ أداء التمرين . ولا بد أن تكون قاطعة وقد تكون لفظية أو عددية .

أولاً- النداء اللفظي :

١- الأحكام اللفظية وقد تكون :

١- فعل أمر : ثنى - مد - رفع - خفض .

٢- مصدر : وقوف - جلوس - رقود .

٣- لفظ خاص : استعد - ضع .
وتستخدم كلمة (ابتداء) للعمل التوقيتي .
ب- الأحكام العددية : ١- وتستعمل بعد الأحكام اللفظية
توفيراً للوقت مثل ١- ٢ .

- ٢- يوضح المدرس مسار الحركة .
- ٣- يبدأ التلاميذ فى استيعاب التمرين .
- ٤- يشرح فيه المدرس النقاط الفنية للتمرين .
- ٥- يبدأ المدرس بتصحيح الأخطاء .

ثانياً : النداء اللفظي العددي :

- ١- يبدأ بعد حفظ التلاميذ لمسار حركة التمرين .
- ٢- يقوم المدرس بتصحيح الأخطاء .
- ٣- يبدأ فيه توحيد العمل الجماعى .
- ٤- يستمر المدرس فى شرح النقاط الفنية للتمرين .

ثالثاً : النداء العددي :

- ١- يستكمل التلاميذ استيعابهم لحفظ حركة التمرين .
- ٢- يستمر المدرس فى تصحيح الأخطاء والانتهاة منها .
- ٣- يتوحد فيه توقيت أداء الحركة الجماعى للتلاميذ .

رابعاً : العمل التوقيتي :

- ١- يبدأ بعد استيعاب وحفظ التلاميذ لحركة التمرين .
 - ٢- يبدأ بعد الانتهاء من تصحيح الأخطاء .
 - ٣- يبدأ بعد توحيد الأداء الجماعى للمشاركين .
- ويمكن اختصار هذه المراحل عندما يكون التمرين سهلاً وبسيطاً .

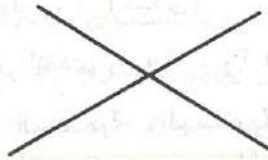
نداء حركتين :

إذا كان التمرين مركباً أى يتكون من حركتين أو أكثر تكون

الحركة التى تلى الوضع الابتدائى مباشرة هى الحركة الأصلية .
وتكون باقى الحركات اضافية تكميلية . ويكون النداء على تمرين
مركب بأكثر من حركتين كالمثال الآتى :

[وقوف] ثنى الركبتين كاملاً مع رفع الذراعين جانباً .

النداء :



مع رفع الذراعين جانباً الركبتان كاملاً ... ثنى

النداء على التمرين :

١ - النداء على الوضع الابتدائى :

إذا كان الوضع الابتدائى يتكوّن من وضع أصلى + وضع مشتق ،
أو أكثر من وضع مشتق ، فيجب النداء على كل حركة بمفرد ها
بالنسبة للمبتدئين ، تسهيلاً لهم وحتى يتمكن المدرس من تصحيح
الأخطاء .

أما النداء على التلاميذ المدرّبين فيمكن النداء على حركتين فى
وقت واحد ، مثال [وقوف - فتحاً - الذراعان جانباً - ميل] .

١- مع المبتدئين :

بالوثب القدمين متباعدتين ... ضع

الذراعان جانباً رفع

الجذع أماماً ... ميل .

ب- مع المدرّبين :

بالوثب مع رفع الذراعين جانباً القدمين متباعدتين ... ضع .

الجذع أماماً ... ميل .

٢- النداء على الحركة :

- تستعمل الأحكام اللفظية فى النداء أولاً ثم العددية ، مثال :
- نداء حركة واحدة مثل (وقوف) ثنى الركبتين كاملاً .
- أ- الركبتين كاملاً ... ثنى ، الركبتين ... مد (لفظى) .
- ب- ثنى الركبتين ... ١- مد الركبتين ... ٢ (لفظى عددى) .
- ج - بالعدد ... ١ بالعدد ... ٢ (عددى) .
- د - التمرين باستمرار ابتدئ ... ١ ، ... ٢ (توقيتى) .

استخدام الوسائل السمعية والبصرية فى درس التربية

الرياضية :

ان الوسائل السمعية والبصرية مهمة فى تدريس مادة التربية الرياضية ، فهى تخلق تصوراً واقعياً وخبرات بديلة لزيادة قيم الخبرات المنهجية للتلاميذ . وتنحصر قيمة هذه الوسائل فى معاونتها المتعلم على ادراك الطبيعة الدقيقة للمهارات المرغوب تعلمها . فهى توسع دائرة الخبرات الغير مباشرة التى يمكن توصيلها للتلاميذ لايضاح العلاقة بين الكل المعقد والجزء البسيط مع تقديم عنصر التنويع والتشويق . فعند استخدام الوسائل المرئية فى تعليم المهارات الحركية لا بد من توفير فرص التدريب على المهارات بعد تقديم النموذج المرئى مباشرة كما تعتبر أكثر ملائمة ويسراً للاستخدام فى تعليم الأنشطة فى صالات التدريب أو الملاعب .

ويتطلب اختيار الوسائل المعينة السمعية والبصرية عناية فى استخدامها كطريقة للتدريس أكثر منها للتشويق لأنها تعتبر نموذج يقدم للتلاميذ من خلاله خطوات تعليم المهارات الحركية وتهيئة أذهان التلاميذ لها . وقد تساعد إعادة المشاهدة مرة أخرى لتثبيت كيفية أداء المهارة ومناقشة ذلك إذا لزم الأمر خصوصاً فى حالات التحليل الحركى للمهارات . ويستخدم فى التربية الرياضية أنواع كثيرة منها السبورات ، لوحات الاعلانات ، اللوحات الممغنطة ، الصور بأنواعها الملصقات ، أساليب الرسم ، والتصوير ، المجسمات ، الوسائل

العاكسة كالأفلام والشرائح ومكبرات الصوت ، التسجيل ، الاذاعة ،
التليفزيون . وجميع هذه الوسائل تقدم خدمة ممتازة لأغراض متعددة
إذا ما استخدمت بعناية أثناء التدريس .

والتعليم كما تعرف يعتمد على تمكين المتعلم من ادراك صورة أو
معنى واضح لطبيعة النتائج المرغوبة للتعلم . فغالباً نجد أن فى التربية
الرياضية الشرح اللفظى وحده لا يكفى إذ أن التلميذ لا يستطيع أن
يفهم بالشرح إلا فى حدود ومستوى معارفه ومعلوماته ، لذلك من
الصعب على التلميذ أن يفهم بالشرح فقط مهارة لم يسبق له المرور
بها . ولكن باستخدام وسائل معينة يمكن توفير صورة أكثر وضوحاً
عن النشاط المراد تعليمه ، كفيلم أو صورة للمعب بأدواته أو حركة
جمباز فى الهواء . كما أنها تساعد على نشر الوعى الرياضية والثقافة
الرياضية ، فنجد أن نسبة صغيرة من تلاميذ المدرسة تتاح لهم فرص
مشاهدة بطل فى التنس أو السباحة أو الجمباز يعطى سلسلة من
الدروس على الطبيعة . ولكن بعرض شريط فيديو أو فيلم سينمائى
يمكن لأكثر من مدرسة مشاهدة هذه الخبرة فى وقت واحد . كما أن
هذه الوسائل تساعد على عملية التذكر عند التلاميذ ، لأنها تشرك
أكثر من حاسة مما يساعد على عملية التعلم مع خلق ميلاً جديداً
وتكوين اتجاهات ايجابية نحو تدريس مادة التربية الرياضية .

نماذج لبعض تمارينات الاحماء

- ١- (وقوف - مسك العصا من منتصفها بيد واحدة) الجرى
أماماً مع تبادل نقل العصا من يد لأخرى (عصا) .
- ٢- (وقوف - مسك العصا من منتصفها بيد واحدة) الجرى
أماماً مع لف العصا حول الجسم وتبادل نقلها من يد لأخرى أماماً
وخلفاً (عصا) .
- ٣- (وقوف - مسك العصا من منتصفها بيد واحدة) الجرى
أماماً مع رمى العصا لأعلى ولقطها بيد واحدة (عصا) .
- ٤- (وقوف - مسك العصا عمودية بيد واحدة) الجرى أماماً مع

قذف ولقط العصا بالتناوب مع الزميل (عصا) .
٥- (وقوف) الجرى المتعرج بين (العصا - كرات طبية -
صولجانات .



- ٦- (وقوف نصفاً) الحجل أماماً فوق
(العصا - كرات طبية - صولجانات) .
٧- (وقوف نصف الركبة خلفاً وممسك العقب) الحجل أماماً
فوق (العصا - كرات طبية - صولجانات) على قدم واحدة .
٨- (اقعاء - الذراعان أماماً) الوثب أماماً من فوق (العصا -
صولجانات - كرات طبية) .
٩- (اقعاء - الذراعان خلفاً) الوثب عالياً بالقدمين معاً من فوق
(صولجانات - كرات طبية - عصي) .
١٠- (وقوف) الوثب جانباً بالقدمين معاً فوق (كرات طبية -
صولجانات - عصي) .
١١- (وقوف) الوثب فتحاً من فوق (العصا - كرات طبية -
صولجانات - أكياس رمل) .
١٢- (وقوف) الوثب مع ثني الركبتين حلفاً من فوق
(الصولجانات - كرات طبية - عصي) .
١٣- (وقوف) الوثب عالياً مع ثني الركبتين على الصدر من فوق
(العصي - كرات طبية - صولجانات) .

نماذج لبعض تمرينات الذراعين

- ١- (وقوف - العصا أفقية أمام الجسم) المرجحة المتوازية أمام
الجسم (عصا) .
٢- (وقوف فتحاً - ميل الذراعين عالياً مع الاستناد على العصا
وهي رأسية باليدين معاً) ضغط الصدر لأسفل مع ملاحظة بقاء
الذراعين ممدودتين والرأس عالياً (عصا) .
٣- (وقوف - ميل الذراعين عالياً مع الاستناد على العصا وهي
رأسية باليدين معاً) ضغط الصدر لأسفل مع ملاحظة بقاء الذراعين

ممدودتين والرأس عالياً ثم ثنى الركبة كاملاً (عصا) .

٤- (وقوف فتحاً - العصا أفقية أمام الجسم) مرجحة الذراعين

أماماً عالياً خلفاً لوضع العصا أفقية خلف الظهر (عصا) .

٥- (وقوف - العصا أفقية أمام الجسم) رفع الذراعان أماماً عالياً

مع ضغط المنكبين خلفاً (عصا - طوق) .

نماذج لبعض تمارينات الجذع

١- (وقوف - عصا أو طوق أفقية جانباً) المرجحة المتوازية أمام

الجسم ثم ثنى الجذع أماماً أسفل مع مرجحة الذراعان جانباً ممتدة مع

عمل دائرة بالذراعان حول الجسم (عصا - طوق) .

٢- (وقوف - العصا أفقية جانباً) المرجحة المتوازية أمام الجسم

مع ثنى الجذع أماماً أسفل وعمل سوستة (صولجان - طوق

بلاستيك) .

٣- (وقوف فتحاً - مسك الطوق أمام الجسم) ثنى الجذع أماماً

أسفل والضغط مع تمرير الطوق خلف الركبة ثم خلف الفخذ .

٤- (وقوف فتحاً - مسك الطوق أفقياً عالياً) دوران الجذع

(طوق) .

٥- (وقوف فتحاً - مسك الطوق أفقياً عالياً) دوران الجذع مع

ثنيه أماماً أسفل (طوق) .

٦- (وقوف فتحاً - مسك الصولجان عالياً) ثنى الجذع أماماً ،

أسفل ، والضغط مع تقاطع الصولجات خلف الرجلين (صولجان) .

٧- (وقوف مسك الطوق أفقياً عالياً) ثنى الجذع أماماً

أسفل والضغط . (الطوق) .

نماذج لبعض تمارينات القوة

١- (وقوف فتحاً انثناء - العصا أفقية خلف الرقبة) تبادل ثنى

الجذع جانباً والضغط (عصا) .

- ٢- (وقوف - انثناء - الصولجان خلف الرقبة) تبادل ثنى الجذع جانباً ثم مد الذراعان عالياً (صولجان) .
- ٣- (وقوف فتحاً - العصا أفقية عالياً) لف الجذع جانباً بالتبادل (عصا) .
- ٤- (وقوف فتحاً - الصولجان عالياً) ثنى الجذع أماماً أسفل والضغط ثم مد الجذع مع رفع الذراعين عالياً وضغط المنكبين خلفاً . (صولجان) .
- ٥- (جلوس طويل - العصا أفقية أمام الجسم) رفع الذراعين أماماً عالياً وحفظهما خلفاً ثم ثنى الجذع أماماً أسفل والضغط (عصا) .
- ٦- (وقوف - العصار أفقية أمام الجسم) تبادل الطعن خلفاً مع رفع الذراعين أماماً عالياً وضغط المنكبين خلفاً . (عصا - صولجان) .
- ٧- (وقوف فتحاً - العصا أفقية عالياً) ميل الجذع أماماً ثم يتبادل اللف جانباً (عصا - صولجان) .
- ٨- (وقوف - الرفع أماماً - الطوق أفقى أمام الجسم) تبادل الطعن خلفاً مع ميل الجذع أماماً (طوق - عصا) .
- ٩- (وقوف - الصولجان عالياً) تبادل نقل القدمين جانباً ثم ثنى الجذع جانباً أماماً أسفل . (صولجان - عصا - طوق) .
- ١٠- (وقوف - الطوق أفقى أمام الجسم) تبادل الطعن أماماً مع رفع الذراعين أماماً عالياً وضغط المنكبين خلفاً . (طوق - عصا - صولجان) .
- ١١- (انبطاح - العصا أفقية خلف الظهر) رفع الجذع عالياً مع ضغط الذراعين خلفاً (عصا - صولجان - طوق) .
- ١٢- (انبطاح - الطوق أفقى عالياً) رفع الجذع والذراعان عالياً مع ضغط المنكبين خلفاً (عصا - طوق) .

نماذج لبعض تمرينات البطن

- ١- (جلوس طويل - العصا على العقبين) رفع الرجلين بسرعة عن الأرض لقذف العصا ثم لقفها باليدين . (عصا) .
- ٢- (جلوس طويل - العصا أفقية عالياً) ثنى الركبتين على الصدر مع خفض الذراعين بسرعة لتمرير العصا من تحت الرجلين . (عصا) .
- ٣- (رقود - العصار أفقية عالياً) ثنى الركبتين على الصدر مع خفض الذراعان أماماً للمس الركبتين بالعصا . (عصا) .
- ٤- (جلوس طويل - العصا أفقية أمام الجسم) رفع الذراعان أماماً عالياً مع ثنى الركبة . (عصا) .
- ٦- (رقود - العصا أفقية عالياً) رفع الرجلين عالياً خلفاً للمس العصا بالمشطين . (عصا) .
- ٧- (جلوس طويل - العصا أفقية على القدمين) رفع الرجلين عالياً لقذف العصا لأعلى ثم لقفها باليدين . (عصا) .

نماذج لبعض تمرينات الرجلين

- ١- (رقود - العصا أفقية عالياً) رفع الرجلين عالياً لشد باطن القدمين بالعصا ثم حفظ الرجلين نحو الصدر بمساعدة العصا . (عصا) .
- ٢- (وقوف - العصا أفقية عالياً) تبادل مرجحة الرجلين أماماً مع خفض الذراعان أماماً للمس المشطين بالعصا . (عصا) .
- ٣- (وقوف - العصا أفقية أمام الجسم) تبادل مرجحة الرجلين خلفاً مع رفع الذراعان أماماً عالياً ثم مرجحتهما أماماً مع خفض الذراعات أماماً للمس المشطين بالعصا . (عصا) .
- ٤- (وقوف - العصا أفقية أمام الجسم) تبادل عمل ميزان أمامي مع رفع الذراعان أماماً عالياً . (عصا) .
- ٥- (وقوف - العصا أفقية أمام الجسم) تبادل ثنى الركبتين على

- الصدر مع ضغطهما بمساعدة العصا
 ٦- (وقوف - العصا أفقية أمام الجسم) تبادل الطعن أماماً بالارتداد مع رفع الذراعان أماماً عالياً وضغط المنكبين خلفاً .
 (عصا - طوق)
 ٧- (وقوف - العصار أفقية أمام الجسم) تبادل الطعن جانباً مع رفع الذراعان أماماً عالياً وضغط المنكبين خلفاً (عصا - طوق) .
 ٨- (رقود تكور - العصا أفقية على باطن القدمين) مد الركبتين عالياً مع مد الذراعان
 (عصا)

نماذج لبعض التمرينات باستخدام الثقل

تمرينات لتقوية الذراعين :

- ١- (وقوف - انثناء) مد الذراعان عالياً (انقالب)
 ٢- (وقوف - انثناء) مد الذراعان أماماً (»)
 ٣- (وقوف - ذراع انثناء والأخرى عالياً) ثنى أحد الذراعين عالياً بالتبادل .
 (»)
 ٤- (وقوف) رفع الذراعات جانباً عالياً مع رفع العقبين وضغط الذراعين خلفاً .
 (»)
 ٥- (وقوف - ميل - ذراع انثناء والأخرى أماماً ثنى أحد الذراعين بالتبادل)
 (»)
 ٦- (وقوف - فتحاً - ميل الذراعان أماماً) مرجحة الذراعان جانباً مع الضغط خلفاً
 (»)
 ٧- (وقوف - الذراعان جانباً) ثنى الذراعين بالتبادل (»)

نماذج لتقوية الجذع

- ١- (وقوف فتحاً - الذراعان عالياً) تبادل ثنى الجذع جانباً مع خفض الذراع الذي جهة الثنى جانباً أسفل (اقفال)
 ٢- (وقوف فتحاً - الذراعان عالياً) ثنى الجذع أماماً أسفل وتبادل لمس القدم المقابلة باليدين
 (»)

- ٣- (وقوف فتحاً) تبادل ثنى الجذع جانباً مع رفع الذراعان جانباً عالياً
 . (٥)
- ٤- (وقوف فتحاً الثقلان متقاطعان عالياً) دوران الجذع (٥) .
- ٥- (وقوف فتحاً - ميل - الذراعان جانباً) لف الجذع جانباً بالتبادل للمس القدم المقابلة باليدين
 . (٥)
- ٦- (وقوف تحاً) تبادل لف الجذع جانباً مع رفع الذراعان جانباً
 . (٥)

نماذج لتقوية الرجلين

- ١- (وقوف - الذراعان عالياً) تبادل الطعن جانباً مع خفض الذراعان جانباً
 . (اقفال)
- ٢- (وقوف فتحاً - الذراعان عالياً) ثنى الركبتين كاملاً مع ثنى الذراعين .
 . (٥)
- ٣- (وقوف - الذراعان عالياً) خفض الذراعان أماماً أسفل مع تبادل رفع الرجلين أماماً
 . (٥)
- ٤- (وقوف - الذراعان عالياً) ثنى الركبتين كاملاً مع خفض الذراعين أماماً
 . (٥)
- ٥- (وقوف) تبادل الطعن أماماً مع رفع الذراعان أماماً عالياً
 . (٥)

نماذج لبعض تمارينات باستخدام المقعد السويدي

- ١- (وقوف مواجه) الوثب بالقدمين فوق المقعد أماماً .
- ٢- (وقوف - الجنب - مواجه) الوثب بالقدمين فوق المقعد جانباً .
- ٣- (وقوف) الحجل على قدم الارتكاز أماماً أو جانباً أو خلفاً .
- ٤- (وقوف) الوثب عالياً مع ثنى الركبتين على الصدر من فوق المقعد .

- ٥- (وقوف - فتحاً - المقعدين - الرجلين) الوثب عالياً للوقوف من المقعد مع التقدم أماماً .
- ٦- انبطاح مائل (الزحف على اليدين والقدمين معاً .
- ٧- (انبطاح أفقى بالارتكاز على المقعد) ثنى الذراعين .
- ٨- (انبطاح مائل عال على المقعد) ثنى الذراعين مع تبادل رفع الرجلين عالياً .
- ٩- (وقوف على المقعد - الذراعان عالياً) ثنى الجذع أماماً أسفل والضغط .

الفصل الخامس

التقويم فى التربية الرياضية

• أنواع التقويم .

- أولاً - التقويم الموضوعى
(المعايير - المستويات - المحكات) .
- ثانياً - التقويم الذاتى .
- ثالثاً - القياس .

• الفرق بين القياس والتقويم .

• أساليب التقويم .

• نماذج من اختبارات التقويم فى التربية الرياضية .

- ١- مقياس لتحصيل المعلومات والمعارف .
- ٢- مقياس لتحصيل المفاهيم الرياضية .
- ٣- مقياس المهارات الحركية والقدرات البدنية .

٤- مقياس اكتساب التلاميذ الاتجاهات السليمة نحو التربية الرياضية

• نماذج لبعض الاختبارات التى يمكن تطبيقها فى المدارس .

- أ- اختبار القدرات البدنية .
- ب- اختبار المهارات الحركية .
- ج- الاختبارات المعرفية .
- د- مقياس اتجاه نحو درس التربية الرياضية .

الفصل الخامس

التقويم فى التربية الرياضية

التقويم هو اصدار احكام على قيمة الأشياء أو الأشخاص أو الموضوعات وتمتد أيضاً الى مفهوم التحسين أو التعديل أو التطوير حيث أن هذه العمليات تعتمد أساساً على فكرة اصدار الأحكام ، فالتقويم هو الحكم على الأشياء أو الأفراد لاطهار المحاسن والعيوب . ومما لا شك فيه أن كل فرد يقوم بعمل معين - أيا كان هذا العمل - يحاول بطريقة ما أن يقف على نتيجة هذا العمل إن كانت قد بأت بالفشل أم كللت بالنجاح .

وقد عرّف دوتري Daugtreي التقويم بأنه « عملية تربوية تتم باستخدام أساليب القياس التى تجرى على النتائج أو العمليات وتؤدى من ثم الى عرض البيانات بطريقة كمية ونوعية يعبر عنها بطريقة ذاتية وموضوعية من خلال اجراء المقارنات مع محكات موضوعة سلفاً » .

ويرى رالف تايلور أن التقويم يعنى « العملية المركبة التى يمكن عن طريقها تمييز نقط القوة والضعف ومراجعة صدق وسلامة الفروض الأساسية التى على أساسها ينتظم البرنامج التعليمى » . أما روثنى Rothney فيرى أن التقويم يساعدنا على تقدير فاعلية التدريس وأثره ، ويجعلنا نتشكك فى قيمة المناهج التعليمية ، والمواد الدراسية ، الوسائل التعليمية مما قد يدفعنا لأن نتعهدنا بالتعديل والمراجعة أو رفضها باعتبارها عديمة الجدوى ، وكون التقويم عملية تقدير ووزن واصدار احكام على الأشياء والأشخاص والموضوعات فقد عرّف فؤاد أبو حطب وسيد عثمان التقويم التربوى والنفسى بكونه (اصدار حكم على مدى تحقيق الأهداف المنشودة على النحو الذى تتحدد به تلك الأهداف ويتضمن ذلك دراسة الآثار التى تحدثها بعض العوامل والظروف فى تيسير الوصول الى تلك الأهداف أو تعطيلها .

والتقويم فى التربية البدنية لا يخرج عن المفهوم السابق ذكره ، فهو يتضمن تقديراً لأداء التلاميذ واللاعبين ، ثم اصدار أحكام على هذا الأداء فى ضوء اعتبارات محددة لمواصفات الأداء ، كما أنه يتضمن أيضاً تقويم مقدار الحصيلة التى تعبر عن التغيرات التى تم الوصول اليها عن طريق ممارسة برامج التعليم أو التدريب ، كما أن التقويم يتضمن فى التربية البدنية أيضاً اصدار أحكام على البرامج والمفاهيم وطرق وأساليب التعليم والتدريب والامكانيات وكل ما يتعلق بتعليم وتدريب المهارات الحركية ويؤثر فيها . ورغم تعدد الأنشطة الرياضية وكثرتها إلا أن التقويم قد طرقها جميعاً دون استثناء ، وفى هذا الصدد يقول بيوتشر Bucher عن التقويم والقياس فى التربية الرياضية ، استخدام القياس والتقويم أمر يبدو حتمياً إذا ما أردنا أن نعرف مدى فائدة أو فاعلية البرامج التى تدرس وما يتم عن طريقها ، وإذا أردنا التحقق من أن هذه البرامج تحقق فعلاً الأغراض الموضوعية من أجلها ، فالقياس والتقويم أمور تساعد على تعرف مواطن الضعف فى الافراد وفى البرامج ، كما أنها تبين قيمة التعليمات ومدى التقدم .

أنواع التقويم

أولاً : التقويم الموضوعى Objective Evaluation :

١- المعايير Norms :

هى أساس الحكم من داخل الظاهرة موضوع التقويم وليس من خارجها ، وتأخذ الصبغة الكمية فى أغلب الأحوال وتتحدد فى ضوء الخصائص الواقعية للظاهرة .

٢- المستويات Standards :

هى أيضاً تعتبر أسس داخلية للحكم على الظاهرة موضوع التقويم ولكنها تأخذ الصورة الكيفية Quality كما أنها تحدد فى ضوء يجب أن تكون عليه الظاهرة ، واستخدام المستويات فى التربية الرياضية شائع جداً مثل المستويات التى تحددها كليات التربية الرياضية لقبول الطلاب الجدد والكليات العسكرية .

٣- المحكات Criteria :

وهى أسس خارجية للحكم على الظاهرة موضوع التقويم ، وقد تأخذ الصورة الكمية أو الشكلية ، وهى تعتبر من أفضل الوسائل المستخدمة فى الحكم على صدق الاختبارات .

ثانياً : التقويم الذاتى Egocentric Evaluation :

وهو يعنى أن أحكام الفرد تكون بقدر ارتباطها بذاته مثل الآراء Opinions أو الاتجاهات Attitudes ، كما أنها تتصف أحياناً بكونها لا شعورية ، كما أن استخدام طرق القياس الموضوعى فى التقويم يعتبر أحد العوامل العامة التى دفعت بالتقويم خطوات واسعة للأمام . فقد أصبحت النتائج التى يتم الحصول عليها فى التربية الرياضية باستخدام طرق القياس الموضوعى دقيقة للغاية مما تساعد على استخدامها فى عملية التشخيص والعلاج .

وقد نجح علماء التربية الرياضية فى ابتكار العديد من الأجهزة الحديثة لقياس الأداء البدنى مثل جهاز الديناموميتر Dynamometer الذى يستخدم لقياس قوة القبضة وجهاز الاسبيروميتر spirometer لقياس السعة الحيوية وجهاز الستابيلميتر stabilimeter لقياس التوافق .

وبالرغم من أن الاتجاه الحديث للتقويم فى التربية الرياضية يتجه نحو التقويم الموضوعى إلا أن هناك العديد من الأنشطة الرياضية التى يصعب تقويمها باستخدام هذا النوع من التقويم مثل الجمباز والتمرينات والغطس والبالية والرقص والعروض الرياضية والمهرجانات .

القياس Measurement :

عرّف العلماء القياس بأنه « تقدير الأشياء والمستويات تقديراً كمياً وفق إطار معين من المقاييس المدرجة » وذلك بناء على فكرة ثورنديك Thorndike « كل ما يوجد يوجد بمقدار وكل مقدار يمكن قياسه » ، وترتبط معظم القياسات فى التربية الرياضية بالأعداد والأرقام وقياس

الزمن بساعة الايقاف يعطى رقماً أو عدداً ، وقياس القوة العضلية باستخدام المانوميتر، والديناموميتر تعطى قراءات عددية تفيد فى تقدير ما يوجد فى الشئ من الصفة أو السمة ، كما يدلنا على مقدار التغيير الحادث بالنسبة لصفة من الصفات أو سمة من السمات ، وهو يقتصر على قياس أو اختبار تلك الصفات فى حدود ما هو قائم . فنحن نقيس ما نحن عليه الآن لنعرف أين نحن ولكى نستطيع القياس لا بد وأن نستخدم وسائل أو أدوات للقياس ، وتعتبر المقاييس -Measurements والاختبارات Tests من أهم وسائل القياس .

الفرق بين القياس والتقويم :

يحدد مونرو Monro الفرق بين التقويم والقياس فى أن القياس يكون الاهتمام فيه موجهاً لنواحى معينة هى تحصيل المادة أو المهارات أو القدرات الخاصة ولكن التقويم يوجه الاهتمام الى التغيرات العريضة فى الشخصية .

أما جرونلاند Gronlund فإنه يعتبر التقويم أكثر عمومية من القياس فهو كعملية اصدار أحكام واتخاذ قرارات عملية قد تتطلب استخدام أدوات القياس أو عدم استخدامها ، أما بيرير Beyrer وإيريتوفيل Oberteufel فيريا أن القياس يركز على المهارات أو المعرفة فى الوقت الذى قيس فيه ، أما التقويم فهو عملية مستمرة تهدف الى الحكم على مقدار التغيير لفترة زمنية محددة . ومن التعريفات السابقة ترى أن هناك شبه اجماع على أن التقويم أعم وأشمل من القياس وأن القياس هو عبارة عن إحدى الأدوات التى يستخدمها التقويم فى تقدير ووزن واصدار الأحكام على الظواهر والأفراد والموضوعات والأحداث .

أساليب التقويم :

عملية التقويم للوحدة التعليمية فى التربية الرياضية تبدأ منذ البداية ثم تستمر حتى نهاية العمل فى الوحدة ، وأول مظاهر تقويم الوحدة يبدأ عند التخطيط العام لها وحيث تتم مراجعة أجزائها

ومحتواها للوقوف على مدى اتساقها وتتابعها وتماسكها ، ففى كل خطوة يجب أن تخضع لفحص دقيق للتأكد من سلامة تركيبها وصدق بناءها وينجم عن ذلك ادخال تعديلات من شأنها أحكام بناء الوحدات ومراجعتها للتأكد من تحقيق التوازن والتسلسل عند تنفيذها ، وعملية التقويم عملية مستمرة ، لذلك فهى جزء من عملية التعليم ، وتقوم عملية التقويم فى الوحدات على أساس أهدافها التعليمية المحددة بعد ترجمتها الى أوجه تعلم ، وتستخدم الاختيارات الموضوعية كوسائل للحكم على مدى تعليم التلاميذ وماذا استفادوا من نتائج التعلم وانعكاس ذلك على سلوكهم . وينقسم التقويم فى الوحدات التعليمية الى قسمين : الأول هو التقويم المرحلى وهو يهدف الى التعرف على نواحي القوة والضعف فى تحصيل التلاميذ أثناء التدريس وفى بداية كل درس ونهايته وفى نهاية المجموعة أو الوحدة التعليمية أما القسم الثانى وهو التقويم النهائى وهو يتمثل فى اجراء اختيارات عملية لقياس مدى تقدم التلاميذ فى المجال المهارى المتمثل فى مستوى أدائهم لكل مسابقة على حدة ، علاوة على قياس المجال الانفعالى لقياس اتجاهات التلاميذ نحو منهج التربية الرياضية ككل .

وللتقويم السليم أسسه وخصائصه التى يجب أن تتوفر فيه حتى يمكن تحقيق الفائدة المرجوة منه وهى كما يلى :

- أن يكون التقويم متسقاً مع الأهداف ، أى أنه يبنى على نفس الفلسفة التى بنيت عليها الأهداف .
- أن يكون التقويم شاملاً - بمعنى أن يكون شاملاً لكل الاعتبارات المتعلقة بجميع نواحي النمو والسلوك بالنسبة للتلميذ .
- أن يكون التقويم مستمراً - أى يصبح جزءاً من الدرس أى يبدأ مع بداية المنهج ويستمر معه ولا ينتهى إلا بنهايته .
- أن يكون صادقاً Valid بمعنى أن تقيس أداة التقويم ما ينبغى أن تقيسه .
- أن يكون التقويم متكاملاً - أى أن يكون على جميع وحدات المنهج بما فيها السلوك الانسانى .

- أن يحقق التقويم قيمة تشخيصية علاجية بقصد توضيح مواقع القوة للاستفادة منها وعلاج نقاط الضعف أى أنه توجيه وتنمية .

- يجب أن يكون التقويم ديمقراطياً أى يأخذ فى الاعتبار كل من له صلة بعملية تدريس التربية الرياضية .

وسنحاول فى هذا الفصل توضيح ما يجب أن تكون عليه عملية التقويم فى ضوء الأسس السابقة الى الصورة الاجرائية حتى يمكن قياس مدى تحصيل التلاميذ لأوجه التعلم المختلفة فى درس التربية الرياضية ليكون معياراً خاصاً بها .

وسنعرض فى هذا الفصل بعض نماذج من اختبارات التقويم فى التربية الرياضية لتكون مرشداً للمدرس وتكون متناسقة مع أهداف المنهج .

(١) مقياس لتحصيل المعلومات والمعارف :

وهذا المقياس يمكن تحقيقه فى نقطتين أساسيتين كالآتى :

أ- مدى معرفة التلاميذ للمعلومات والحقائق المرغوبة - ولذلك يمكن توجيه سؤال عن (عدد أفراد فريق كرة القدم - بعض مواد فى القانون - وصف جهاز يستخدم فى حصة التربية الرياضية) .

ب- مدى قدرة التلاميذ على الاستفادة من المعلومات والحقائق . ويمكن توجيه سؤال عن كيفية حفظ وصيانة أكياس الحب مثلاً - أو حفظ الكرات - فالتلميذ يجب أن يكون قادراً على معرفة المعلومات فقط ، ولكن على كيفية تطبيقها والاستفادة منها .

(٢) مقياس لتحصيل المفاهيم الرياضية :

وهذا المقياس يمكن تحقيقه فى نقطتين أساسيتين أيضاً كالآتى :

أ- مدى معرفة التلاميذ للمفهوم نفسه ويمكن توجيه سؤال للتلاميذ كالآتى :

ما هو مفهوم القوة العضلية ؟ السرعة ؟ الدقة ؟ الرشاقة ؟ .

ب- مدى قدرة التلاميذ على فهم المفهوم نفسه بتوجيه السؤال

كالآتى :

هل تعتبر القوة العضلية من الصفات البدنية ؟ ولماذا ؟
أو ذكر بعض المهارات الحركية ويطلب من التلميذ تطبيقها وهي
تخص الألعاب أو ألعاب القوى أو الجمباز حسب نوعها .

(٣) مقياس المهارات الحركية والقدرات البدنية :

وهي تُعرف باختبارات الأداء ، وهذه الاختبارات يمكن توضيحها
كالآتي :

أ- تحديد المستوى لكل مهارة أو تمرين بمعرفة المدرس مع الأخذ
فى الاعتبار تحديد مستوى المهارات الصادرة والمحددة من الهيئات
الرياضية العليا فى الدولة بالاتفاق مع إدارات التوجيه الرياضى فى
وزارة التربية والتعليم .

ب- المقارنة المستمرة بين فصول الصف الدراسى لتحديد مستوى
التلاميذ فى كل فصل .

ج- المقارنة المستمرة بين فصول المدرسة والمدارس المجاورة لتحديد
مستوى عام يجب الوصول اليه .

(٤) مقياس اكتساب التلاميذ للاتجاهات السليمة نحو التربية الرياضية :

وهذا المقياس يمكن تحقيقه كالآتى :

أ- الملاحظة - وتعتبر ملاحظة المدرس للتلميذ فى الفصل من
أحسن المقاييس لتحقيق هذا المقياس وذلك لظهور التلميذ بالصورة
الصادقة الفعلية فى مواقف الحياة الطبيعية والمواقف العملية . وهذا
يتطلب من المدرس عمل سجل لتسجيل ملاحظاته عن كل تلميذ
خلال الحصة .

ب- تسجيل النتائج : يفرد لكل تلميذ صفحة فى كراسة
التسجيل لتسجيل نتائج الاختبارات وقياسات المهارات والاتجاهات ،
ونواحى التذوق وأوجه التقدير لكل تلميذ على حدة - لتحديد نواحى
القوة والضعف ومحاولة مساعدة التلميذ بشكل ايجابى .

وفيما يلي عرض نماذج لبعض الاختبارات التى يمكن تطبيقها فى

المدارس :

- اختبارات القدرات البدنية .
- اختبارات المهارات الحركية .
- الاختبارات المعرفية .
- مقياس اتجاه نحو درس التربية الرياضية .

أولاً : اختبارات القدرات البدنية :

- ١- اختبار العد (٥٠) ياردة مقدراً بالثانية .
- ٢- اختبار الجرى المتعرج مقدراً بالثانية .
- ٣- الوثب الطويل من الوقوف مقدراً بالسنتيمتر .
- ٤- اختبار ثنى الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل مقدراً بعدد مرات الأداء
- ٥- اختبار ٦٠٠ ياردة جرى ومشى مقدراً بالثانية .
- ٦- الانبطاح المائل من الوقوف مقدراً بعدد مرات الأداء .
- ٧- الانبطاح المائل ثنى الذراعين مقدراً بعدد المرات .

ثانياً : اختبارات المهارات الحركية :

- ١- الدحرجة الأمامية لقياس القوة والمرونة .
- ٢- التصويب على الهدف بالقدم لقياس دقة التصويب بالقدم .
- ٣- التصويب على الهدف بالرأس لقياس دقة التصويب بالرأس

ثالثاً : الاختبارات المعرفية :

١- أهداف التربية الرياضية .

ضع علامة (✓) أمام الاجابات الصحيحة وعلامة (X) أمام
الاجابات الخاطئة :

- ١- عدم مزاولة التربية الرياضية تؤدى الى اكتساب العادات
الصحيحة الخاطئة () .

٢- ممارسة التربية الرياضية لا تهدف الى تنمية التوافق العضلي العصبي ()

٣- ممارسة التربية الرياضية بطريقة غير منظمة لا تعمل على مرونة العضلات والمفاصل ()

ب- الجملان:

ضع علامة (✓) فى المربع الذى يوجد على يسار العبارة الصحيحة بعد قراءة البيان كله :

١- لأداء الدرجة الخلفية يجب وضع مشطى القدمين كما يلى :

أ- خلف الرأس ☐ ب- خلف الذراعين ☐

ج- خلف الرقبة ☐ د- خلف الظهر ☐

٢- لأداء الدرجة الأمامية على الأرض تلمس أولاً :

أ- الرأس ☐ ب- الظهر ☐

ج- خلف الرقبة ☐ د- الكتفين ☐

٣- لأداء الدرجة الخلفية تدفع الأرض بما يلى :

أ- بالرجلين ☐ ب- باليدين ☐

ج- بالظهر ☐ د- بالكتفين ☐

ج- الألعاب:

أمامك مجموعة من العبارات حول عناصر مادة كرة القدم :

نرجو وضع علامة (✓) أمام العبارات الصحيحة وعلامة (X)

أمام العبارات الخطأ :

- يتراوح عرض الملعب القانونى من (٤٠-١٠٠) ياردة ()

- تعتمد كرة القدم على اتفاق مهارات أساسية خاصة لكل مركز

()

فى الفريق

- تستغرق مباراة كرة القدم الرسمية (٨٠ ق) تلعب على

()

شوطين متساويين

- يتراوح طول الملعب الدولي من (١١٠ - ١٢٠) ياردة ()
- يستخدم لاعب الكرة قدميه فقط للسيطرة على الكرة ()
- يستخدم رأس اللاعب فى كرة القدم كقدم ثالثة ()

د- مقياس اتجاه نحو درس التربية الرياضية:

نرى تطبيق هذا المقياس لمعرفة الاتجاهات نحو درس التربية الرياضية حيث أنه من الصعب تطبيق اختبارات وجدانية لقصر مدة تطبيق الوحدة ولصعوبة قياس الأهداف الوجدانية عموماً .
المطلوب قراءة كل عبارة من العبارات التى يشملها المقياس وأن تحدد بالنسبة لكل عبارة الاجابة التى تجد أنها تمثل رأيك أكثر من غيرها وذلك بوضع علامة (✓) فى الخانة المقابلة للاجابة التى تختارها .

موافق غير موافق

- ١- يجعل الجسم أكثر قوة
- ٢- يساعد على اكساب الجسم القوام المعدل .
- ٣- يكسب التلميذ كثيراً من المهارات البدنية .
- ٤- لا يساعد على تنشيط الذهن .
- ٥- لا يساعد على تنمية الصداقات بين التلاميذ .
- ٦- يكسب الجسم مناعة ضد الأمراض .
- ٧- يساعد التلميذ على حسن استغلال وقت الفراغ .
- ٨- لا يؤهل التلميذ لتعلم الصفات الضرورية لقيادة الجماعات .
- ٩- يجعل التلميذ أكثر قدرة على ضبط النفس .
- ١٠- يجعل التلميذ أقل ميلاً لممارسة الرياضة خارج المدرسة .
- ١١- ليس مفيداً مثل بقية الدروس .
- ١٢- يساهم فى معرفة التلميذ القواعد الأساسية للألعاب الرياضية .
- ١٣- مضيعة للوقت .

موافق غير موافق

- ١٤- يكسب الجسم رشاقة .
- ١٥- لا علاقة له بتشوهات القوام .
- ١٦- يجعل التلميذ أقل استعداداً لتلقى بقية الدروس .
- ١٧- يساعد على الاحتفاظ بحياة صحية سليمة .
- ١٨- يتيح الفرصة للترويح عن النفس أثناء اليوم الدراسي .
- ١٩- يجعل التلميذ أكثر استعداداً لتحمل المسؤولية .
- ٢٠- لا يكسب التلميذ الشجاعة .
- ٢١- غير مرغوب فيه من التلاميذ .
- ٢٢- ليس ضرورياً لكل التلاميذ .
- ٢٣- يساعد على معرفة أهمية النشاط الرياضي للنمو الجسمي .
- ٢٤- يجعل التلميذ أقل قدرة على التحمل .
- ٢٥- يجعل التلميذ أكثر قدرة على تأدية الأنشطة الرياضية .
- ٢٦- لا يساعد على تنمية سرعة البديهة عند التلاميذ .
- ٢٧- يثبت روح التعاون بين التلاميذ .
- ٢٨- يكسب التلاميذ العادات الصحية السليمة .
- ٢٩- لا يتيح الفرصة لممارسة التلاميذ الأساليب الديمقراطية .
- ٣٠- من المواد غير المفضلة لدى التلاميذ .

الفصل السادس

- أسلوب النظم كأداة لآحداث التطوير فى التربية الرياضية .
- مفهومه - الأسباب التى تدعو لتحليل النظم .
- تعريفاته - الفرق بين تحليل النظم وأسلوب النظم .
- نظرياته (العامة - الكلاسيكية - الحديثة) .
- عناصر النظام - النظام المفتوح - المغلق .
- صعوبات التطبيق فى الميادين التربوية .
- مصادر دراسة الحقائق (نظام حالى - داخلية - خارجية) .
- أسلوب النظم كأداة لآحداث التطوير .
- نماذج استخدمت فى المجالات التربوية .
- نموذج لتطوير مناهج التربية الرياضية (من وضع المؤلف) .
- ملخص لرسالة دكتوراه لتطوير منهج التربية الرياضية باستخدام أسلوب تحليل النظم .

الفصل السادس

أسلوب تحليل النظم

يهدف هذا الفصل إلى عرض مفهوم أسلوب النظم وأسلوب تحليل النظم والعلاقة بينهما والقاء الضوء على النظريات والتعريفات والمكونات وصعوبات التطبيق فى ميادين التربية ثم استخدام تحليل النظم كأداة لاجداث التطوير .

وأخيراً بناء نموذج مقترح من وضع المؤلف لتطوير منهج التربية الرياضية مع ملخص لرسالة الدكتوراه الخاصة بالمؤلف .

مفهوم أسلوب النظم : System Approach

أسلوب النظم طريقة تحليلية للتخطيط ونظامية تمكننا من التقدم من الأهداف التى حددتها مهمة النظام إلى تحقيق تلك الأهداف وذلك بواسطة عمل منضبط ومرتب للأجزاء التى يتألف منها النظام كله وتتكامل تلك الأجزاء وفقاً لوظائفها التى تقوم بها فى النظام الكلى الذى يحقق الأهداف التى تحددت للمهمة ، ويعتبر أسلوب النظم اطاراً تم التوصل إليه واشتقاقاً امبريقياً (متطور ومستمر وصادر من خبرات الحياة) يرشدنا على نحو نظامى لحل بعض المشكلات التى تم تحديدها .

مفهوم تحليل النظم : System Analysis

تحليل النظم هو مرحلة أو خطوة واحدة من مراحل أسلوب النظم وخطواته ويرمى إلى تحديد مجال ما يقع فى نطاق اهتمامنا ووضع العوامل المؤثرة فيه والتفاعلات بين مكوناته .

الأسباب التى تدعو للقيام بتحليل النظم :

تتوقف الأسباب التى تدعو للقيام بتحليل النظم على الفهم التام للمشكلة القائمة وعادة ما تكون الأسباب الرئيسية للقيام بالتحليل

هى :

Problem Solving

- حل مشكلة

New Requirement

- احتياجات جديدة

- تطبيق أفكار أو تكنولوجيا جديدة

Implementing New idea Technology

Broad system improvement

- تحسين عام للنظام

من الأساليب التي يتزايد استخدامها في مجالات مختلفة للتخطيط ما يطلق عليه أسلوب تحليل النظم ، ولعل أول من بدأ في هذا الاتجاه هم العسكريون ومحطات تدريب رجال القضاء لأنها دائماً تتطلب نتائج معروفة ومحددة .

وكلمة النظم ليست غريبة أو جديدة ، فهي تستخدم في مجال الحديث عن النظم الاجتماعية أو النظم السياسية أو الاقتصادية أو التعليمية ، وتعتمد نظرية تحليل النظم أساساً على فكرة الجشتالت والتي تقول « أن أى كل » هو أكثر من مجرد حصيلة (مكوناته) وإنما هو حصيلة العلاقات بين هذه المكونات وتفاعلاتها ومدى مساهمة كل منهما في تكوين هذا (الكل) لتحقيق أهدافه .

وأى نظام يمكن النظر إليه بطريقتين - بمعنى أننا يمكننا اعتباره نظاماً أساسياً وفي ذات الوقت يمكننا اعتباره نظاماً فرعياً بالنسبة لنظام أساسى أكبر .

فمثلاً لو تكلمنا عن نظم الامتحانات والتدريس فيمكننا النظر إلى التدريس على أنه نظام فرعى من كل هو عملية التدريس ، وعملية التدريس بكل مكوناتها هى جزء فرعى من كل هو المنهج . وكذلك المنهج جزء فرعى من كل وهى العملية التربوية كلها .

واستخدام أسلوب تحليل النظم وتطبيقه على أى نظام تعليمى يساعدنا فى توضيح مكونات هذا النظام وطبيعة ونوعية التفاعل التعليمى ومدى كفاءته التعليمية ويكشف لنا جوانب الجودة أو القصور فيه ، ويوفر لنا بيانات ومعلومات نتوصل فى ضوء دراستها وتحليلها إلى نتائج معينة تؤخذ كمؤشرات لتوجيه جهد تربوى من

أجل تحسين النظام التعليمي ورفع كفاءته وقد يؤدي ذلك في بعض الأحيان إلى تعديل شامل أو إعادة تنظيم أو مراجعة تصميم النظام من جديد لمحاولة تحقيق كفاءة أكبر من مكونات النظام ورفع الانتاجية التعليمية .

وتحليل النظم ، وأسلوب النظم يشتركان في عملية تطبيق التفكير العلمي في حل المشكلات .

وفكرة النظم تشير إلى كيفية تحقيق الأهداف ، والوسائل والامكانيات المستخدمة لانجاز الأعمال واجراءات العمليات المنفذة والأنشطة ، أن منطق النظم يمثل اتجاهاً للتفكير ينظر إلى الأمور نظرة شاملة ويربط بين الوسائل والغايات .

ويرى Fine أن أسلوب النظم يركز على تحقيق وانجاز أغراض خاصة أو أهداف ، وفي نفس الوقت يسعى إلى :

- تنظيم النواحي الفنية ، الطاقة البشرية ، النواحي المالية وذلك من خلال اطار زمني محدد .

- تستجيب للتغيرات في البيئة وأهدافها ، محتوياً (متضمناً) الاحتياجات ، والقيم (المبادئ) الضرورية والهامة لامكانية تحقيقها .

وعليه فإن فهم النظام وتفسير حركته ونشاطه يتطلب جهداً يتعدى مجرد دراسة كل جزء على حدة بل أن دراسة التفاعل والعلاقات المتبادلة بين تلك الأجزاء هي السبيل إلى الفهم الكامل لحقيقة النظام ولذلك نجد أن فكرة الشمول والكلية والترابط والتفاعل هي الصفات الأساسية للنظام لذلك فهو أسلوب للاحاطة بالمشاكل المركبة والمعقدة من خلال محاولة تعريف الأهداف المطلوب تحقيقها والوسائل البديلة الموصلة إليها واختيار مستوى النفقات الأكثر مناسبة لانجازها .

ويرى أن ظهور هذا الأسلوب يمدنا بشبكة متكاملة من النظم الفرعية والأجزاء المتداخلة التي تكون في مجموعها النظام الكلي . وتنقسم النظم إلى نظامين إما أن تكون نظاماً مجردة Abstract أو

تكون نظاماً عادياً Physical ، فالنظام المجرد هو اعداد لمجموعة من المفاهيم أو الأفكار المتفاعلة والتي تعتمد كل منها على الآخر .

أما النظام العادى : فهو مجموعة من العناصر التى تعمل معاً من أجل أنجاز هدف ما ، والنظم المادية الملموسة هى أكثر من مفاهيم نظرية فهى تعبر عنه وتعكس فى الحقيقة مجموعة من الأنشطة أو السلوكيات الخاصة بالنظام وتكون فى حركة تفاعل دائم من أجل أنجاز الهدف ، وعند التعرض للفظ نظم أو نظام فلا بد من التعرض أولاً للفظ تنظيم Organization فيستخدم البعض كلمة تنظيم لمعنى (تخطيط) ويستخدم البعض الآخر كلمة تنظيم لمعنى (ترتيب) ويستخدم البعض (الفوضى) ويفسر آخرون كلمة تنظيم بمعنى (ترتيب) ويستخدم بعض المديرين ورجال الأعمال كلمة تنظيم بمعنى تصميم الهيكل التنظيمى وينظرون إليه على أن تلك العملية متعلقة بعمل (الخرايط التنظيمية) .

وعلماء الادارة ينظرون إلى التنظيم بعدة معانى هى :

- تزويد المشروع بكل شئ مفيد للقيام بوظيفته .
- شكل أى تجمع انسانى يهدف إلى تحقيق هدف مشترك .
- عملية تصميم أو مرحلة تصميم .

ويشير مونتيلو وليمبرلى Montello Wimberly إلى أسلوب النظم أنه عبارة عن مركب أو كل يتكون من أجزاء وعناصر ومكونات تتفاعل مع بعضها وتكمل بعضها البعض وتعمل بصورة متكاملة لتحقيق أغراض وأهداف محددة .

ويمكن اعتبار هذه الأجزاء أو العناصر أو المكونات نظم فرعية أو جزئية كما يمكن اعتبارها نظم فردية قائمة بذاتها والنظام الأكبر هو الذى يضم عدداً من هذه النظم الفرعية والجزئية ويمكن اعتباره النظام الأعلى أو النظام الأكبر .

ذكر ليندال ايرويك L.Urwick أن التنظيم هو تحديد أوجه النشاط اللازمة لتحقيق أى هدف وترتيبها فى مجموعات بحيث يمكن اسنادها

إلى أشخاص وكذلك يذكر أن كونتز وأودونيل Kots & Odoinil يعرفان التنظيم أنه (إقامة علاقات السلطة مع إيجاد تنسيق هيكلى رأسى وأفقى بين المناصب التى استندت إليها الواجبات المتخصصة اللازمة لتحقيق أهداف المشروع) .

ومعظم العلماء ينظرون إلى التنظيم على أنه « عملية » أو مرحلة عملية تصميم هيكل ، عملية تقسيم العمل بشكل منطقي ، عملية تحديد السلطات والمسئوليات والعلاقات بين الأجزاء لتحقيق هدف مشترك .

ويذكر على السلمى مثلاً بسيطاً على الأشياء التى ينطبق عليها وصف النظام مثل السيارة فهى عبارة عن نظام متكامل يتكون من عدد كبير من الأجزاء يؤدي كل منها وظيفة محددة - ويتوقف كفاءة السيارة على انتظام جميع الأجزاء فى أداء وظائفها بحيث تختل قدرة السيارة على العمل والحركة إذا أصيب أى جزء بعطب أو خلل مهما كان بسيطاً .

ونرى أن من الأمثلة النموذجية للنظام ، هو جسم الانسان فيمكن النظر له كنظام للكائن الحى مكون من مجموعة من الأنظمة الصغيرة (نظام الدورة الدموية - نظام الدورة العصبية ... إلخ) وتوجد بين هذه الأنظمة علاقات متكاملة ومترابطة ومعتمدة بعضها على بعض وتعمل بكفاءة بهدف حفظ الحياة .

تعريفات أسلوب النظم :

يعرف تشرشمان Chrchman أسلوب النظم بأنه « يتكون النظام من مجموعات من العناصر التى تعمل سوياً وذلك من أجل الأهداف العامة للكل » .

ويرى كوفمان Kaufman أن أسلوب النظم هو المجموع لكل الأجزاء التى تعمل بحرية واستقلالها مع بعضها لكى يتم الحصول على المخرجات المطلوبة .

ويذكر سمبريفيفو Semprevivo أن النظام هو مجموعة من

العناصر فى العلاقات المتبادلة التى تقوم بعمل بعض الأنشطة والوظائف أو العمليات .

كما يذكر باناثى Banathy وهو أحد قادة الفكر فى اتجاه أسلوب النظم « أسلوب النظم عبارة عن تجميع وتركيب للأجزاء التى تم تصميمها وبناءها بواسطة الانسان للوصول إلى مجموع كلى منظم بغرض تحقيق أغراض محددة » .

كما يعرف سنجر Singer « أسلوب النظم بأنه يعطى مفهوماً ضمنياً بأن هناك علاقات ارتباطية للعناصر والعمليات والأنشطة ، وكل عنصر له وظيفته الخاصة كما أنه له أيضاً تأثيره على العناصر الأخرى » .

ويذكر على السلمى أيضاً « أن النظام هو الكيان المتكامل الذى يتكون من أجزاء وعناصر متداخلة تقوم بينها علاقات تبادلية من أجل أداء وظائف وأنشطة تكون محصلتها النهائية بمثابة الناتج الذى يحققه النظام كله ، أى أن النظام هو الكيان الكلى المنظم أو المعقد الذى يضم تجميعاً لأشياء أو أجزاء يتكون منها وحدة متكاملة » .

وتضيف كوثر كوجك أن النظام عبارة عن مجموعة من الأجزاء أو المكونات التى تعمل مع بعضها كوحدة وظيفية فهو بناء متكامل تتضح منه العلاقات المتبادلة بين أجزائه ومكوناته بعضها والبعض الآخر من ناحية وبينها وبين الكل الذى تتكامل أو تتوحد فيه هذه الأجزاء من ناحية أخرى .

ويعرف محمد منير مرسى « النظام بأنه عبارة عن مجموعة من العلاقات المرتبطة والأجزاء المتصلة ومتعلقاتها فى تفاعل متبادل وتتحد فى اتجاهاتها نحو هدف واحد وكل نظام يتكون من نظم فرعية Subsystems أو بمعنى آخر يسمى بالنظام الكبير Macro الذى يتكون بدوره من نظم صغيرة Micro » .

ويذكر ابراهيم الغمرى إلى أنه يمكن تعريف النظام على أنه كيان

كلى منظم An Organized or complexe whole أو انه تجمع لمجموعة من الأجزاء التى يتكون فى مجموعها كيان كلى متناسق .

ويضيف على السلمى بقوله « يشير تعبير النظام إلى أى مركب يتكون من عدد من الأجزاء المترابطة والمتفاعلة بحيث يختص كل جزء بوظيفة معينة مع وجود درجة من التعاون والتكامل بين الأجزاء المختلفة فى أدائها لوظيفتها وبذلك فإن كفاءة النظام ككل وقدرته على البقاء والاستعداد يتوقفان على مدى الترابط بين أجزائه ودرجة نجاح كل جزء فى ممارسة وظيفته بمعنى آخر فإن أى خلل أو ضعف يصيب أحد أجزاء لا يقتصر أثره على كفاءة ذلك الجزء فحسب بل يمتد ليصيب كفاءة النظام كله » .

ويذكر أحمد باشات « أن أسلوب النظم هو تكوين منظم مركب من عدة عناصر أو أجزاء أى أن النظام هو مركب متكامل يتكون من عدد العناصر الفرعية تنظيم معاً فى تكوين متناسق ومنسق يسعى إلى غاية مشتركة وتنبع أهمية اتجاه النظم من دراسة الأجزاء المكونة للنظام كل على حدة لتوفر معلومات صحيحة عن طبيعة تلك الأجزاء حيث يكتسب كل منها صفات ومميزات جديدة باتصاله بباقي الأجزاء » .

ومن التعريفات السابقة نستخلص أن النظام هو كيان يتكون من عدة أجزاء لكل جزء وظيفة معينة تعمل فى تفاعل منظم ويتعاون متبادل مع الأجزاء الأخرى مع قدرة على الاستمرار وذلك نتيجة للترابط بين هذه الأجزاء بفرض تحقيق الأهداف الموضوعة .

الفرق بين تحليل النظم وأسلوب النظم :

انتهينا من العرض السابق إلى أن أسلوب النظم هو طريقة تحليلية للتخطيط ونظاميه تمكنا من التقدم لتحقيق الأهداف التى حددها النظام وذلك بواسطة عمل منضبط ومرتب .

ولكن فى الميدان مصطلح آخر هو تحليل النظم وقد وقف منه الباحثون فريقين ، فريق يرى أنه لا فرق بين تحليل وأسلوب النظم

وفريق آخر يرى أن أسلوب تحليل النظم هو خطوة واحدة من أسلوب النظم ، أى أن العلاقة بينهما هى علاقة الكل (أسلوب النظم) بالجزء (تحليل النظم) ونحن نؤيد الرأى الأخير .

نظريات النظم : Kenneth Boulding, Ludwig von

فى عام ١٩٥٠ قام مجموعة من العلماء بقيادة : كنهث بولدينج ، لودوينج فون بتأسيس جمعية للأبحاث العامة للنظم ، لتطبيق مدخل النظم System Approach فى ميادين الدراسة التقليدية المعروفة ، وقد عرفت المبادئ العامة لهذا المبدأ بالنظرية العامة للنظم " G.S.T. " وبالرغم من أن هذه النظرية العامة للنظم بها بعض العيوب والمحددات فى التطبيق لكن تبقى الحقيقة الخاصة بأن " G.S.T. " لها تأثيرات تعتبر مفيدة ومعاونة فى مهمة دراسة طبيعة النظم الادارية عموماً ونظم المعلومات الادارية خاصة " M.I.S. " Management Information System

ومن أهم خصائصها ما يلى :

- ١- النظام يعمل إلى تحويل المدخلات إلى مخرجات .
- ٢- النظم تطبيقية أى يمكن تطبيق التقدم العلمى فى المجالات المختلفة للاستفادة منها فى مجالات أخرى .
- ٣- النظم كلية ولهذا يجب أن ننظر للنظام كوحدة واحدة حتى ولو كان يتكون من مجموعة من الأجزاء .
- ٤- أداء النظم يفوق أداء الأجهزة المكونة لها أى الشكل يفوق مجموع الأجزاء المكونة له أى قدرة النظام على الأداء ككل تفوق مجموعة قدرات الأجزاء المكونة له .
- ٥- النظم حركية أى تتكون من نظم أصغر منها ويسمى النظام الكلى النظام الأكبر .
- ٦- النظم لها ضبط ذاتى ، أى لها نظام رقابى يعيد لها التوازن والانضباط إلى جميع أنحاء النظام .
- ٧- النظم توجه نحو هدف واحد .

٨ - النظم متميزة أو منفردة .

ويصنف علماء التنظيم نظريات التنظيم إلى عدة مجموعات فأحياناً تضم خمس نظريات وأحياناً ست والبعض قسمها إلى نظريتين اثنتين .

ويذكر سيد الهوارى أن نظريات التنظيم تقع فى ثلاثة مجموعات رئيسية وأن كان هناك بعض نظريات أخرى تقع على الحدود الفاصلة ، وهذه النظريات هى :

- النظرية الكلاسيكية أو النظرية التقليدية وأنصارها يعتبرون التنظيم البيروقراطى نموذجاً خاصاً من النماذج الكلاسيكية .

- نظرية التنظيم الحديث والمعروفة باسم النظرية السلوكية ، وكل أفكارها تنصب على أهمية التنظيم غير الرسمى والعلاقات الانسانية والقيادة والتحضير باعتبارها أموراً لا بد من الاهتمام بها بالإضافة إلى التنظيم الرسمى .

- نظرية التنظيم العامة وهى النظرية التى تعالج التنظيم على أنه نظام متكامل عبارة عن أجزاء أو مغيرات تؤثر فى بعضها .

والنظرية الكلاسيكية Classical organization theory وصاحبها فردريك تايلور ، ثم قام موني Mooney ورالى Rally لمحاولة التوصل إلى مبادئ عامة فى التنظيم ، وقد ظهرت دراسات عديدة لتعالج المبادئ الأساسية للفكر الكلاسيكى فى التنظيم منها ارنست ديل ، وكونتير وأودونيل Odonil - Koonts , Ernest Deal .

ويعتمد النموذج الكلاسيكى على أربعة محاور :

- تقسيم العمل .

- نطاق الاشراف .

- التدرج الرئاسى أو التدرج الهرمى (الهيكل) .

- المشورة والخدمات المعاونة المتخصصة .

ونظرية التنظيم الحديث Modern Organization Theory ومن

أشهر علمائها هيربرت سايمون H. Saiman ومارش March وإيلتون مايو Elton-Mayo وهى تهتم أكثر بالتنظيم غير الرسمى وبناء نظام اتصالات حول الأشخاص الذين يكونون مراكز اتخاذ قرارات .

ونظرية التنظيم العامة General System Theory وتفرق نظرية النظم العامة بين النظم المغلقة والنظم المفتوحة فمن أمثلة النظم المغلقة أجهزة التكيف والترموستات التى تتلقى مدخلات معينة يتم تحويلها إلى مخرجات محددة ويلعب هنا التحكم الذاتى (السيبرنتيك) والتغذية الرجعية دور أساس فى توجيه وعمل هذه الأنظمة .

أما النظم المفتوحة : فالأمثلة عليها كثيرة جداً ومتعددة وأهمها الكائن الحى الذى لا يمثل مجرد تجمع لعدد من العناصر (النظم الفرعية) المنفصلة بل يمثل نظاماً محدداً يتضمن عنصري التنظيم والتكامل ، وهذا الوصف ينطبق تماماً على منهج التربية الرياضية ، فهذا المنهج ما هو إلا من صنع الانسان يقوم بالتفاعل الديناميكي مع البيئة المحيطة ويتكون من (التلاميذ - المدرسين - الامكانيات البشرية والمادية) أى أنها تعمل مع بعضها فى ترابط لتحقيق مجموعة الأهداف المحددة ، وقد اجتمعت هذه النظريات واتفقت على دراسة الآتى :

- الأجزاء (الأفراد) على وجه الاجمال ، وحركتهم فى النظام .
- التفاعل الذى يحدث بين الأفراد والبيئة التى يتواجد فيها النظام .

- التفاعل بين الأفراد ذاتهم داخل النظام .
- النمو العام ومشاكل القيادة .

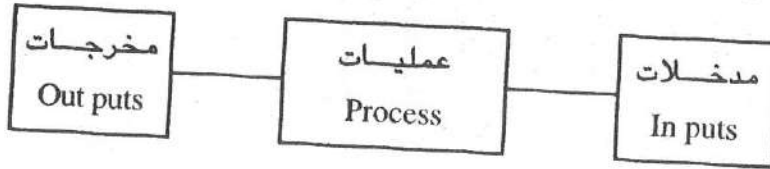
ويوجد تشابه بين كل من نظرية التنظيم العام ونظرية التنظيم الحديث للنظم فى نظرتهما للنظم كوحدة واحدة متكاملة ، علماً بأنهم يختلفان فى مدى عموميتهما فنظرية التنظيم العامة تهتم بكل مستوى من النظام العام ، بينما تركز نظرية التنظيم الحديث أساساً على التنظيم البشرى غير الرسمى ولذلك ترى أن العنصر البشرى يلعب الدور الأساسى والهام فى كل هذه العمليات ، ولذلك يجب وضعه

فى الاعتبار عند التحدث عن النظم وأساليبها حيث أنه يعتبر الطاقة التى تقوم بكل هذه الانجازات من خلال النقاط التالية :

- أداء العمل والطاقة .
- الحوافز .
- الهيئة التى يعمل بها ومواصفاتها .
- الطريقة السليمة وارشاده إليها لأداء عمله .
- تدريبه على القيام بالعمل السليم .
- اتخاذ القرارات .
- الشروع فى أداء الاتصال (التنفيذ) .

عناصر النظام :

يمكن تعريف النظام System بالأجزاء التى تتكون منها وهى :



شكل (١) نموذج مبسط

والنظام يمكن النظر إليه كمجموعة من العمليات التى تتلقى مدخلات معينة وتنتج مخرجات معينة - طبيعة هذه المدخلات ، والعمليات والمخرجات محكومة أو تتحدد بطبيعة الأهداف التى يسعى النظام إلى تحقيقها .

ويلاحظ أنه إذا ترك أى نظام لممارسة عملياته دون الأخذ فى الاعتبار البيئة التى يعمل فيها فهذا سوف يؤدى إلى عدم استمراره ، فلكى يستمر أى تنظيم يجب أن يكون أساس للبيئة التى تحيط به حتى يستطيع أن يتمشى أو يتوافق مع تغيرات البيئة وهذا مفهوم النظام المفتوح Open System حيث يتم تغذية النظام بالمعلومات الخاصة بالبيئة ليسمح للنظام أن يعدل من مدخلاته وعملياته .

ويلاحظ أن قدرة النظام على التكيف مع البيئة استمراراً للنظام ولذلك يمكن تعريف النظام المفتوح على أنه النظام الذى « يتفاعل » يؤثر فى ويتأثر بالبيئة الخارجية المحيطة به .

ويمكن القول أن النظام مقفول أو مغلق Closed System هو النظام الذى لا يتأثر أو يؤثر فى البيئة الخارجية به .

ويتكون كل نظام من عدد من الأنظمة الفرعية Subsystems والتي تكون عادة مكونة من مجموعة أصغر من الأنظمة الفرعية الأخرى ، وعادة ما يتم تحديد الأنظمة الفرعية من خلال تحديد صيورها ، ويطلق على عملية التفاعل والاتصالات المتبادلة من الأنظمة الفرعية اسم الوساطة Inter Face وتأثير شكل المدخلات والمخرجات حيث يتم تعريفها ولكن ما يحدث من عمليات على المدخلات تتكون فى شكل مخرجات لا تعرف عنها شيئاً ، وفى هذه الحالة يطلق عليها اسم الصندوق الأسود Black Box ويمكن إضافة المعلومات المرتدة إلى هذه المفاهيم والتي عادة ما تستخدم بفرض الرقابة على النظام ذاته « والنظام المغلق » يعرف بأنه النظام الذى يعتمد على أجزائه الداخلية أو مغلق على ذاته فهو لا يقوم بعملية التبادل مع البيئة الموجود بها ، أما النظام المفتوح Open System فهو النظام الذى يتبادل المعلومات والطاقة مع البيئة الخارجية المحيطة به كالإنسان والحيوان والنبات .

وهناك اتجاه علمياً لتفسير ظاهرة التنظيم وهو ما يسمى بنظرية النظام المفتوح Open System Theory وتقوم فكرة النظام المفتوح على أساس تأكيد العلاقة بين أى هيكل وبين البيئة المحيطة به حيث أن عمل التنظيم وفاعليته يتفقان على استمرار حصوله على المدخلات In Puts من البيئة الخارجية وكذلك فإن من خصائص النظام المفتوح اختصاصه بتمويل المدخلات لانتاج شئ يمكن أن تفيد منه الأنظمة الأخرى أى تحويل المدخلات إلى مخرجات Out puts .

وبغير استخدام أسلوب النظم فى تطوير التعليم فإن أهداف ومرامى الصناعة التعليمية لن تتحقق على نحو تام ولن تتحقق

الافادة من جميع عناصر النظام التعليمى بأقصى كفاءة فى تحقيق أهداف النظام .

وأسلوب النظم يزودنا بوسائل التخطيط المنتظم وكذلك بتصميم وضبط تطوير التعليم للحصول على أفضل النتائج .

ونرى أن منهج التربية الرياضية يمكن اعتباره نظام على اعتبار أنه مجموعة من الأنشطة المنظمة والمتناسقة التى يقوم بها عدد من الأفراد والتى تتصف بالتداخل والتكامل ، كما يعتمد منهج التربية الرياضية على المجتمع والبيئة المحيطة وعلاقاتها المتبادلة مع تلك البيئة ، أى انفعالها وتأثيرها بالبيئة وما يجرى فيها من خلال المدخلات التى يحصل عليها ونوعيتها كما أن هذا النظام يعطى منتج نهائى فى شكل عائد وهو ما وصل اليه التلميذ فى نهاية العام وهذا الانتاج يعود مرة أخرى على المجتمع ، أى بمعنى آخر أن منهج التربية الرياضية يحصل على مدخلات معينة يمكن تحليلها إلى الأهداف - المحتوى وامكانات مادية كالمال والملاعب والأدوات وغيرها وامكانات بشرية كالمدرس والتلميذ ، وهذه المدخلات يتم تحويلها من خلال عمليات التنظيم والادارة والتدريب والأنشطة والمنافسات والتقويم إلى مخرجات تظهر فى صورة انتاج مرحلى للمجتمع ، وكذلك يحصل النظام على معلومات عن مدى تقبل المجتمع للمخرجات التى يقدمها إليه فى صورة تغذية راجعة وهى تعطى مؤشرات توضح ما يحدث فى المجتمع وكيفية أداء النظام فيه ومدى تناسب أنظمتة ومخرجاته مع ظروف المجتمع واحتياجاته ويمكن توضيح ذلك بالآتى :

المدخلات : يستخدم النظام مصادره من البيئة المحيطة وقد تمثل هذه المصادر أهداف - معارف - احتياجات - امكانات مادية وبشرية . وهذه الخاصة هامة لأى نظام مفتوح حيث يستلزم أن يتزود باستمرار بالطاقات التى تؤهلهم لأداء وظيفته .

النشاط أو العمليات : يهدف إلى استخدامات للمدخلات التى استوردها النظام من البيئة ويحولها إلى صورة أخرى يتطلبها المجتمع الخارجى .

المخرجات : تتحول المدخلات عن طريق النشاط أو العمليات إلى مخرجات على شكل خدمات وهى تقدم للبيئة مرة أخرى لاستفادة المجتمع منها .

ويتم التعديل أو التطوير طبقاً لاحتياجات المجتمع عن طريق التغذية الراجعة .

وعندما نتكلم عن أسلوب تحليل النظم ، فلا بد من الاجابة على الأسئلة الآتية :

- ما هى الأجزاء الاستراتيجية فى النظم ؟
 - ما مدى التداخل والاعتماد الموجود بين هذه الأجزاء المختلفة ؟
 - ما هى العمليات الأساسية التى تربط أجزاء النظام بعضها ببعض والتى تسهل من عملية الموائمة بينهم ؟
 - ما هى الأهداف التى يسعى إلى تحقيقها أسلوب تحليل النظم ؟
- إن الاجابة على هذه الأسئلة سوف توضح هذه المكونات .

أولاً : أجزاء النظام :

- وهذه الأجزاء تعتمد على بعضها البعض ، لأن محور العملية الأساسية فى النظام هو الفرد ولذلك يجب معرفة الدوافع والميول التى تحدد سلوكه .

- ويلى ذلك الترتيبات الرسمية للوظائف والمهام وهو ما يطلق عليه التنظيم الرسمى الذى يكون هيكل النظام الذى تظهر فيه أوجه الاختلاف والتباين بين حاجات التنظيم وحاجات الأفراد .

- ثم تأتى بعد ذلك التنظيم غير الرسمى الذى يظهر فيه أنماط سلوكية متوقعة اشباعاً لحاجاتهم كنتيجة لانتمائهم إلى جماعات العمل .

- ونتيجة للتداخل والتفاعل بين التنظيمين الشكلى وغير الشكلى فإما يقوم الأفراد بتعديل أنماط سلوكهم فى الجماعة أو تغيير الجماعة ذاتها من متطلباتها كنتيجة لتأثير الفرد على قيم الجماعة .

وأخيراً تأتي الظروف المادية التي يؤدي فيها العمل فتحدث تداخل بين الانسان علاقته بالأدوات لذا يجب أن تصمم الأدوات والأجهزة المستخدمة بطريقة تلائم الصفات الفسيولوجية والاجتماعية والسيكولوجية العامة للأفراد .

وكل هذه النقاط تندمج تحت ما يسمى بالنظام التنظيمي .

ثانياً : التداخل والاعتماد بين الأجزاء :

وهي ما تسمى بعملية الربط حيث أن جميع الأجزاء السابقة يتداخل بعضها مع بعض وأسلوب تحليل النظم يقوم بتحليل هذه العمليات المختلفة التي تؤدي إلى التداخل وتظهر لنا بطريقة تحليل النظم ثلاثة أوجه من النشاط التي تحقق مثل هذا التداخل وهي :

أ- الاتصالات :

تهتم نظرية التنظيم الحديث بدراسة شبكة الاتصال في النظام فهو يمثل الأسلوب الذي يتم تحريك أجزاء النظام المختلفة للعمل ، ويحقق التنسيق والتكامل بين مراكز اتخاذ القرارات المختلفة وبهذا تتلقى المدخلات المختلفة في العالم الخارجى والبيئة المحيطة به لتجربتها ، فإذا ما تم تجميع وسائل الاتصال الخاصة بالأجزاء فإنها تكون كل واحد يمثل النظام كوحدة واحدة .

ب- التوازن :

يعتبر الأساس الذي يتم عن طريقه ايجاد نوع من العلاقات المتناسقة بين الأجزاء المختلفة للنظام إلا أنه لا يمكن احداث نوع من التوفيق بين أجزاء النظام يحقق ثبات النظام وفعاليته لا عن طريق التوازن وقد يظهر ذلك في صورتين :

- شبه ألى .

- مستحدث أو مبتكر .

وعلمية الاستحداث والابتكار معتمد على عدة عوامل من بينها :

- مخرجات النظام ومداها .

- البيانات المتاحة التى يختزنها النظام .
- القواعد العملية التى تحكم بدقة وتحليل المعلومات داخل النظام .

- مدى قدرة النظام على عدم تذكر الحلول التى سبق التوصل إليها والخاصة بحل مشاكل التغير .

وبعد مناقشة عمليتي الاتصال والتوازن لا بد من التكلم عن السيبرنتيك Cybernetic والتى يقوم الاتصال والتوازن بدور هام فيها . ويختص هذا العلم (السيبرنتيك) بالرقابة وارجاع الأثر « التغذية الراجعة » لجميع أنواع النظم .

فالسيبرنتيك معناها هو المحافظة على استمرار ثبات النظام وسوف يتحدث عنها المؤلف بالتفصيل للتوضيح فيما بعد .

ج- تحليل القرارات :

تظهر عملية تحليل القرارات فى أنه ينظر إلى النظم على أساس تملكه لبعض الصفات الداخلية التى تستطيع أن تزيد من العوامل التى تبقى عليه وتمكنه من الاستمرار وذلك من خلال عمليات الخاصة باتخاذ القرار ، وأهمية عملية تحليل القرار فى أنها تختص بالإنجاز الفعلى والمشاركة .

صعوبات تطبيق أسلوب تحليل النظم فى الميادين

التربوية :

يرى البعض أن استخدام أسلوب تحليل النظم فى تطوير التعليم ما هو إلا نوع من جعل التربية الانسانية وهذا يقلل من شأن الانسان حيث أنه يجعل الانسان شبيهاً بالآلة وقد ظهر هذا النوع من التفكير لسببين :

- أن أسلوب تحليل النظم استخدم فى المواقع العسكرية والصناعية باعتباره وسيلة لابرار الجوانب غير الانسانية فى النظام أو جسم ملامح الآلة وجسدها .

- عند وصف أسلوب تحليل النظم تستخدم الأشكال وخرائط التدفق ، وتبدو خرائط التدفق باردة ومخيفة للتربوى الذى لم يتعود قراءتها ويحتمل أنها تمثل شيئاً مثل خرائط تدفق الأنظمة الالكترونية .

كما توجد عدة عوامل يجب مراعاتها عند استخدام أسلوب تحليل النظم فى قطاع الخدمات وفى المجالات التربوية مثل مجال التربية الرياضية وهذه العوامل هى :

- طبيعة العامل البشرى كعامل متغير باستمرار .
- صعوبة الاتفاق على تحديد الأهداف التربوية بصورة اجرائية .
- تعقد العملية التربوية من حيث تعريفها وتصنيفها .
- عدم وجود النماذج التربوية التى يستعان بها عند تقويم العمليات والأنشطة .
- عدم توافر الوسائل الثابتة لقياس مخرجات العمليات التربوية ، حيث أنها غير متجانسة بدرجة كبيرة إذا قورنت بمجال الصناعة .
- ونرى أن أسلوب تحليل النظم له فائدة كبيرة فى تحليل المشاكل ويزيد من القدرة على فهم مكونات النظام وذلك من خلال دراسة العلاقة بين مكونات النظام لرفع كفاءة الأنظمة التربوية .

أسلوب النظم والسيبرنتيك Cybernetic :

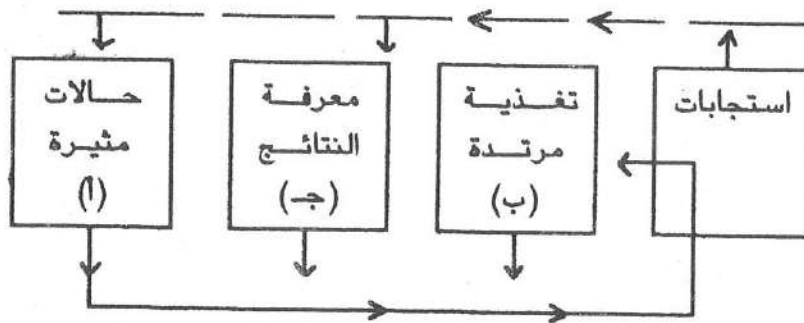
لم يتبلور علم السيبرنتيك إلا بعد أن وضع العالم الأمريكى نوربرت وينر ، كتابه المشهور فى عام ١٩٤٨ ، وقد أضافت المدرسة الروسية بريادة كولوجروف من دور هام فى تطوير مفاهيم السيبرنتية .

ويعتبر من أهم انجازات العلم الحديث خلال القرن العشرين وضع أساسيات وتطبيقات علم السيبرنتية أو السيبرنتيك ، وقد استطاع هذا العلم أن يلعب دوراً هاماً ورئسياً فى الربط بين النظم الحية والنظم التكنولوجية أى بين الحياة والمادة ، وقد اتفق كثير من

العلماء أخيراً على تفسير السببرنتية بأنها : « العلم الذى يفسر عمل النظم المختلفة التى تعتمد فى عملها على اشارات تصل إليها بغض النظر عن كون هذه النظم فيزيائية أو فسيولوجية أو سيكولوجية » .
وتشتق كلمة سبرناتيك من كلمة Kybernetes وتعنى قائد أو حاكم كلمة Kybernan وتعنى يقود أو يحكم .

والنظم السبرناتيكية تتميز بان لها طرقاً ذاتية لتقود نفسها بنفسها أو للتحكم الذاتى ، ويمكن اعتبار التعلم كنظام سبرناتيكى ، ويوضح الشكل التالى تطبيقاً لنظرية تحليل النظم على التعلم وكيف أنه يعتبر نظاماً سبرناتيكياً :

البيئة المحيطة



الشكل (٢) التعلم كنظام سبرناتيكى

واضح من الشكل السابق أنه توجد ثلاث وحدات ادخال مختلفة :

- أ- المثيرات البيئية .
- ب- تغذية مرتدة .
- ج- نتائج استجابات .

والنتائج تصل إلى النظام مرة أخرى عن طريق البيئة بعد تعديل ردود الفعل وتعديل الاستجابات نتيجة لمعرفة النتائج ، والتغذية المرتدة غالباً ما تصل إلى عملية التعلم والمناهج .

وإذا حللنا عملية التعلم نجدها محاولات لمعرفة مكونات أو أجزاء

(نظام التعلم) ونظرية تحليل النظم هي عملية تشير إلى ما هو أبعد من حدود نظام التعلم حيث أنها تنظر عملية تحليل النظم إلى التعليم على أنه نظام فرعى داخل نظام أكبر هو نظام التدريس الذى هو جزء من نظام أكبر هو المنهج .

وقد قسم العلماء السيبرناتية إلى أربع نظريات أساسية :

- ١- نظرية المعلومات والاشارات وتتضمن نظريات نقل المعلومات زمانياً أو مكانياً ووضع شفرة خاصة بها حسب نوعيتها .
- ٢- نظرية تفهم المعلومات والاشارات « وتحليلها » .
- ٣- نظرية تنظيم المعلومات .

٤- نظرية التفاعل مع النظم الأخرى أو الرد على الاشارات أو نظرية ردود الأفعال والتي تعتمد على المعلومات المتاحة فى وقت ما والمعلومات الأخرى والخبرات السابقة .

وأهمية علم (السيبرنتيك) يرجع إلى أن هذا العلم يدخل فى حياة الانسان منذ مولده فهو يشرح كيفية تحليل عمل الأجهزة الداخلية فى جسم الانسان وتفسير سلوكه الاجتماعى واتجاه الجماعة ، وكيفية اتخاذ القرارات فى ناحية معينة لتحقيق هدف معين .

وعملية اتخاذ القرارات يجب أن يسبقها معلومات متعددة ، وما يحيط بها من ملابسات وردود الأفعال نحو اتجاه معين ، ثم اتخاذ قرار معين بناء على ذلك ، كل ذلك عملية سيبرنتية .

وتعتمد بعض نظريات السيبرنتيك على الأسس الآتية :

- الهدف .
- تنظيم أو تخطيط برنامج لتنفيذ هذا الهدف .
- طريقة لارسال المعلومات اللازمة من أجهزة التخطيط أو أجهزة التنفيذ .
- جهاز للتنفيذ .
- وسيلة لحفظ المعلومات ، يمكن بناء عليها أن يقوم جهاز

التنظيم بالتجارب مع العالم الخارجى فى سبيل تحقيق الهدف النهائى .
كما تسير العلاقات الاجتماعية بين أفراد المجتمع الانسانى
تحكمها النظرية السبرناتية .

مصادر دراسة الحقائق فى تحليل النظم :

حتى يمكن مساعدة المحلل لأداء عمله فى عملية التحليل هناك
ثلاث مجالات لدراسة الحقائق هى :

- النظام الحالى .
- المصادر الداخلية .
- المصادر الخارجية .

أولاً : دراسة وتحليل النظام الحالى :

دائماً ما يواجه محلل النظم أنه أمام نظام قائم مما يستدعى معرفة
ما هو دور النظام القديم حيال النظام الجديد ؟ هل يجب أن يتم تحليل
النظام القديم حتى يمكن المساعدة فى عملية التطوير ؟

وإذا كان القرار نعم فما هى النظم الفرعية التى يجب أن يتم
تحليلها ؟ ومن مميزات تحليل النظام الحالى (القديم) معرفة الآتى :

- كفاءة النظام الحالى .
- التعرف على الموارد .
- معرفة معلومات عن التمويل .
- نقطة البداية الطبيعية .

وجميعها تساعد المحلل لاظهار نقاط القوة فى النظام الحالى حتى
يمكن تقويتها وتلاقى نقاط الضعف .

ونرى أنه لتطوير منهج التربية الرياضية حتى يلائم المرحلة
الحالية يجب أن يتم تحليل المنهج الحالى فى ضوء تحليل النظم
للقوف على نقاط القوة والضعف فى المنهج كذلك محاولة تلاقى نقاط
الضعف فى مرحلة التطوير .

ثانياً : المصادر الداخلية :

من المصادر الداخلية التي يحتاجها المحلل حجم الأفراد القائمين بعملية التخطيط والتنفيذ ، كذلك المستندات التي تساعد على معرفة النظام نفسه وكيفية تنفيذه ، كذلك العلاقات بين المخططين والمنفذين حتى لا تكون مهمة المحلل هي تقديم نتائج دراسة فقط ولكن يقدم أيضاً أفكاراً جديدة واقتراحات وتوصيات مختلفة .

وأنه يجب معرفة آراء القائمين بالتدريس والقائمين بالتوجيه واتجاهات التلاميذ نحو درس التربية الرياضية حتى تساعد في تحليل المحتوى وتنظيمه ومعرفة طرق ووسائل تنفيذه وتقويمه للاسترشاد بها في عملية تطوير المنهج .

ثالثاً : المصادر الخارجية :

قد يستدعي عمل المحلل اللجوء إلى خارج حدود التنظيم الذي يقوم بتحليله للتعرف والوقوف على النظم الأخرى حتى تكون مصدراً للمعلومات والتعرف على الأفكار والطرق الفنية المستخدمة في إعدادها .

ولذلك نجد أنه عند تطوير المنهج الحالي للتربية الرياضية لا بد من الاطلاع والاستفادة من المعلومات الخاصة المماثلة والخطوات التي اتبعت في عمليات التطوير المماثلة ، وكذلك في اطار جمع المعلومات والحقائق التي يحتاجها المحلل حتى يتمكن من اتخاذ القرار في التطوير .

ويجب الاطلاع ودراسة بعض نماذج التطوير والاتجاهات المعاصرة وعمل دراسة ناقدة لها للوقوف على كيفية تطبيقها وما هي نقاط القوة والضعف فيها حتى يستفيد من اظهار نقاط القوة وتجنب نقاط الضعف عند عملية تطوير المنهج .

أسلوب النظام كأداة لاحداث التطوير :

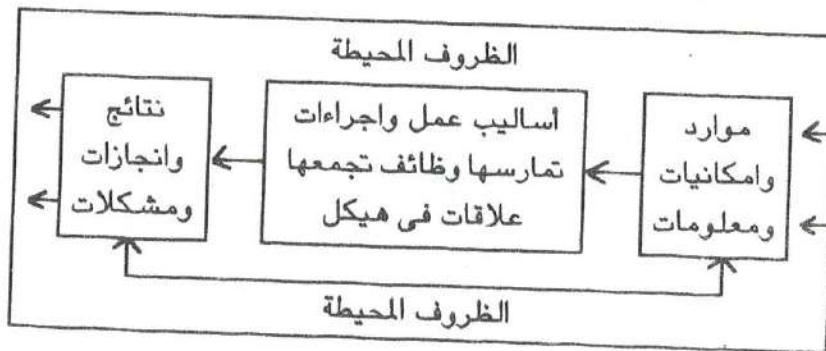
إن العنصر الأساسي في عملية التطوير هو عملية وصف

وتشخيص النظام المراد تطويره وتهدف هذه العملية إلى جمع كل المعلومات عن النظام وما تعانيه من مشكلات كالاتي :

- التعرف على الامكانيات والطاقات المتاحة وخاصة البشرية منها .
- جمع كل المعلومات عن النظام وفروعه وأجزائه المختلفة .
- أنشطة النظام .
- مشكلات النظام .

ولما كانت عملية تحليل النظم عملية مستمرة ومتجددة تقوم على الدراسة التحليل أول بأول لكل مظاهر ومؤشرات العمل وذلك ما يجب اتباعه عند تطوير منهج التربية الرياضية والكشف عن المشكلات وتتبع أسبابها وصولاً إلى اقتراح الحلول المناسبة لذلك يجب التركيز على العناصر الآتية :

- تحليل الهيكل العام .
 - تحليل الأعمال .
 - تحليل العلاقات التنظيمية .
 - تحليل الأساليب والجراءات .
 - تحليل الموارد والامكانيات .
 - تحليل النتائج والانجازات .
 - تحليل المشكلات وتعمق أسبابها التنظيمية .
 - تحليل الأوضاع والظروف المحيطة .
 - تحليل الأفراد وأنماط سلوكهم .
- ويوضح شكل (٣) هذه العناصر .



شكل (٣) عناصر تحليل النظم

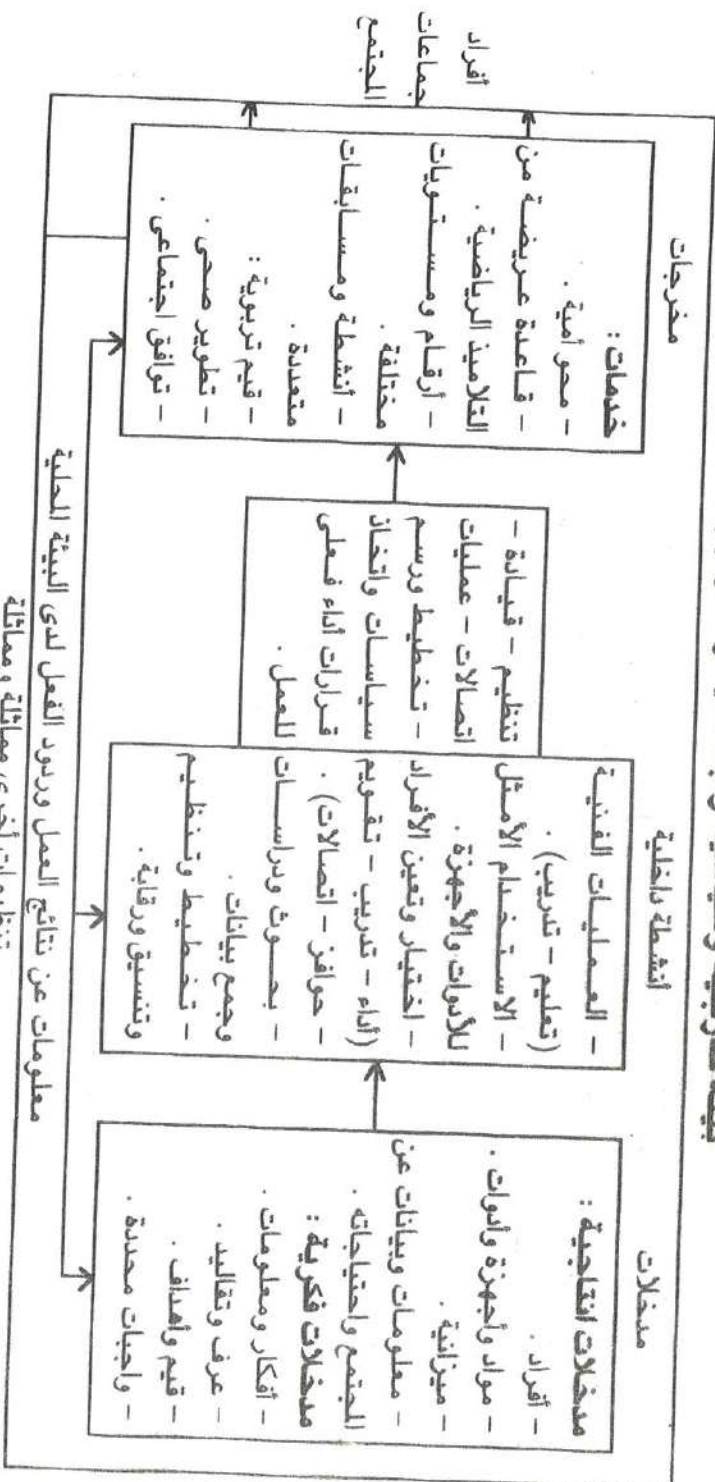
ويتضح من الشكل السابق أنه يجمع بين المجموعات الرئيسية

وهي :

- المواد - الامكانات - المعلومات (المدخلات) .
 - الوظائف - الأساليب - الاجراءات ويطلق عليها (الأنشطة والعمليات) .
 - النتائج والانجازات وما يصاحبها (المخرجات) .
- كل ذلك فى اطار الظروف المحيطة بالنظام بجميع أبعادها سواء الاقتصادية والثقافية والسياسية والاجتماعية والتكنولوجية .
- وعليه فإن استخدام أسلوب تحليل النظم لتطوير منهج التربية الرياضية يستهدف الآتى :

- تحديد مدى موافقة المنهج القائم مع متطلبات المجتمع .
 - يقيس مدى فاعلية أى منهج وذلك من خلال تقويم النتائج والانجازات المحققة ومقارنتها بالنفقات والموارد المستخدمة .
- ونتيجة للعرض السابق يتضح أنه يمكن استخدام أسلوب تحليل النظم لتطوير منهج التربية الرياضية فى المراحل المختلفة لما له من خصائص كفيلة بتحقيق الأهداف المرجوة .
- وقد وضع بعض العلماء النماذج للتطوير وخصوصاً فى المجالات التربوية مثل تانكارد Tankard وهايمان Hayman وتشيرشمان Chu-rahman وسيمبرفيفو Semprevivo وكوفمان Kaufman وتوماس Thomas وهمروه Humrro وتراسى William Tracay ونموذج جامعة ولاية ميشيجان Michiganstate وغيرهم .
- وسوف نعرض بعضاً من هذه النماذج التى استخدمت فى التطوير خصوصاً فى المجالات التربوية ، وصولاً إلى بناء نموذج مقترح من وضع المؤلف لتطوير مناهج التربية الرياضية لتتناسب مع المرحلة الحالية .

بيئة خارجية وسياسية واجتماعية وتكنولوجيا وثقافية



نموذج من واقع نظريات أسلوب النظم

تنظيمات أخرى مماثلة ومماثلة

النموذج السابق وهو من واقع نظريات أسلوب النظم ويشتمل
النموذج على :

أولاً : المدخلات :

- ١- المدخلات الانتاجية وتشتمل :
 - مدرس .
 - تلميذ .
 - أدوات - ملاعب - أجهزة - ميزانيات .
- ٢- المدخلات الفكرية وتشتمل :
 - الأهداف .
 - المحتوى .

ثانياً : الأنشطة الداخلية وتشتمل :

- درس التربية الرياضية .
- طرق التدريس .
- النشاط الداخلى .
- النشاط الخارجى .

ثالثاً : المخرجات :

- خدمات .
- قاعدة عريضة من التلاميذ الرياضيين .
- اكتساب مهارات حركية وأرقام ومستويات مختلفة .
- تكوين فرق رياضية .
- قيم تربوية .
- تطوير فى صحة التلاميذ .
- توافق اجتماعى .
- لياقة بدنية .
- عادات ومهارات رياضية .
- كل هذا فى اطار بيئة خارجية (اقتصادية وسياسية - واجتماعية - وتكنولوجية - وثقافية) .

وقد اضاف كوفمان للنموذج السابق الانتاجية والعائد وقد قمنا
بتوضيح هذا النموذج على دروس التربية الرياضية لبيان امكانية
تطبيقها فى عملية التطوير .

والنموذج المقترح متمثل فيه جميع مراحل النماذج السابقة ولكن

بأسلوب سهل يمكن تطبيقه فى سهولة ويسر ولا يحتاج لعدد كبير من المتخصصين للإشراف على التطبيق ولا تكلفة مالية ، ولكنه يوضح جميع المراحل التى أغفلتها بعض النماذج السابقة والتى اختلفت فى تسميتها أو اختلف المنفذون فى مفهومها ، لذلك أوضحنا مراحل النموذج بالتفصيل وبما يتناسب مع تطوير منهج التربية الرياضية .

خطوات النموذج المقترح :

١ - مرحلة التصميم :

وتظهر فيها الاحتياجات أو الفجوات بين ما هو كائن وما يجب أن يكون ويمكن تحديد هذه الاحتياجات عندما تستطيع الاجابة على الأسئلة الآتية :

- هل هناك توافق اجتماعى وتوازن نفسى ؟
 - هل يحافظ هؤلاء الأفراد على صحتهم البدنية والعقلية ؟
 - هل توجد لياقة بدنية عالية ومهارات حركية لدى التلاميذ ؟
 - هل توجد معلومات وحقائق لدى التلاميذ ؟
- وإذا كانت الاجابة على هذه الأسئلة بالنفى فهنا تظهر الفجوات أو القصور فى عناصر التنظيم .

عناصر النموذج :

وتشمل العناصر التنظيمية الآتية :

١ - المدخلات :

وهى عبارة عن الخامات أو المعلومات والأسس التى يحصل عليها التنظيم وبواسطتها يمكن تنفيذ المهام المطلوبة وهى :

منهج التربية الرياضية ويشمل الآتى :

- الأهداف - اجرائية يمكن قياسها سواء كانت أهداف معرفية أو مهارية أو وجدانية ويجب أن تصاغ بطريقة اجرائية سلوكية واضحة حتى يمكن تحقيقها .

- المحتوى - لتحقيق الأهداف يجب أن يكون المحتوى مناسباً ومراعياً البيئة والمجتمع والعادات والتقاليد والامكانيات ومراعياً لخصائص مراحل النمو .

ولذلك يجب أن تكون عناصر هذا المحتوى مكونة من :

- تمارين غرضية تشمل جميع أجزاء الجسم .
- مهارة الجواز وتتضمن حركات أرضية ومهارات تؤدي على الأجهزة .

- ألعاب - وتشمل كرة القدم - كرة السلة - واليد - والطائرة - وهي تمثل الألعاب الأساسية التي تتناسب مع مجتمنا وامكانياتنا .

- ألعاب القوى وتشمل الجري والرمي والوثب .

- امكانيات مادية : وتشمل الملاعب والأدوات اللازمة .

- الميزانيات المتاحة .

- معلومات وبيانات عن المجتمع وتقاليد وعاداته وطريقة تدريس

المادة .

- امكانيات بشرية وتشمل :

- التلميذ : ومواصفاته وخصائصه .

- المدرس : مواصفاته وتأهيله .

- الموجه : مواصفاته وتأهيله - كيفية المتابعة والتقويم .

٢ - مرحلة التطبيق : العمليات والنشاطات :

وهي بالنسبة لطبيعة مادة التربية الرياضية فهي تتمثل في النشاط الرسمي وهو درس التربية الرياضية الذي يقوم بتدريسه المدرس خلال الحصة ، وينقسم الدرس إلى الأقسام الآتية :

- الاحماء : وهو متنوع وله أكثر من أسلوب في تنفيذه فإما أن

يكون الاحماء بالطريقة العادية أو على شكل ألعاب صغيرة .

وفي كلتا الحالتين فهو يعمل على اعداد الجسم كله حتى لا

يصاب التلميذ بتمزق كما يعمل القلب وأجهزة التنفس تستعد تدريجياً لبذل الجهد حتى لا تصاب هي الأخرى بأى ضرر .

- التمرينات العرضية : وهى تمرينات تعمل على اصلاح القوام والعمل على معالجة تشوهات القوام للتلاميذ نتيجة للعادات السيئة أثناء الجلوس أو الوقوف وهى تشمل الجسم كله - كالرقبة - المنكبين - الذراعين - الرجلين - الجزع وهى تنقسم إلى قسمين تمرينات عرضية مباشرة وتمرينات عرضية غير مباشرة التى تترجم بعد ذلك إلى التمرينات التأثيرية التى تعمل على تنمية عناصر اللياقة البدنية كالقوة والسرعة والتحمل ... إلخ .

٣- النشاط التعليمى :

وفيه يتم تعلم المهارات الحركية والمعارف والقوانين سواء للألعاب أو ألعاب القوى أو الجمباز وهى أجزاء المحتوى .

النشاط التطبيقي :

وهو غالباً يكون على شكل منافسات وتدريبات لتثبيت المهارة وهو يتوقف على الامكانيات المادية كالملاعب والأدوات .
وبتحليل الخطوات السابقة بطرق وأساليب التقويم فهناك تقويم مرحلى أى بعد كل مرحلة أو وحدة تعليمية ، وغالباً ما يكون على شكل اختبارات عملية أو تقويم مستمر يتم فى كل حصة ، وفى كل جزء من أجزاء الدرس ، وغالباً ما يكون عن طريق الملاحظة من المدرس لتلاميذه .

النشاط الختامى :

وهو محاولة عودة التلميذ لحالته الطبيعية لاستمراره فى باقى حصص المدرسة .

٣- مرحلة التطوير (المخرجات) :

وهذه المرحلة تتكون من :

- تخطيط وحدات تعليمية طبقاً للأهداف والامكانات (المنهج المقترح) .

- طريقة تنفيذه : طبقاً للامكانات المادية للمدرسة ومستوى التلاميذ .

- طريقة تقويمه : توضيح كيفية تقويم المنهج وما هي الأدوات اللازمة لذلك مع مراعاة ما للتقويم من خصائص .

ومن هذه المخرجات يظهر العائد النهائى المواد الوصول إليه محدداً وهو :

- ارتفاع مستوى اللياقة البدنية والمهارات الحركية .

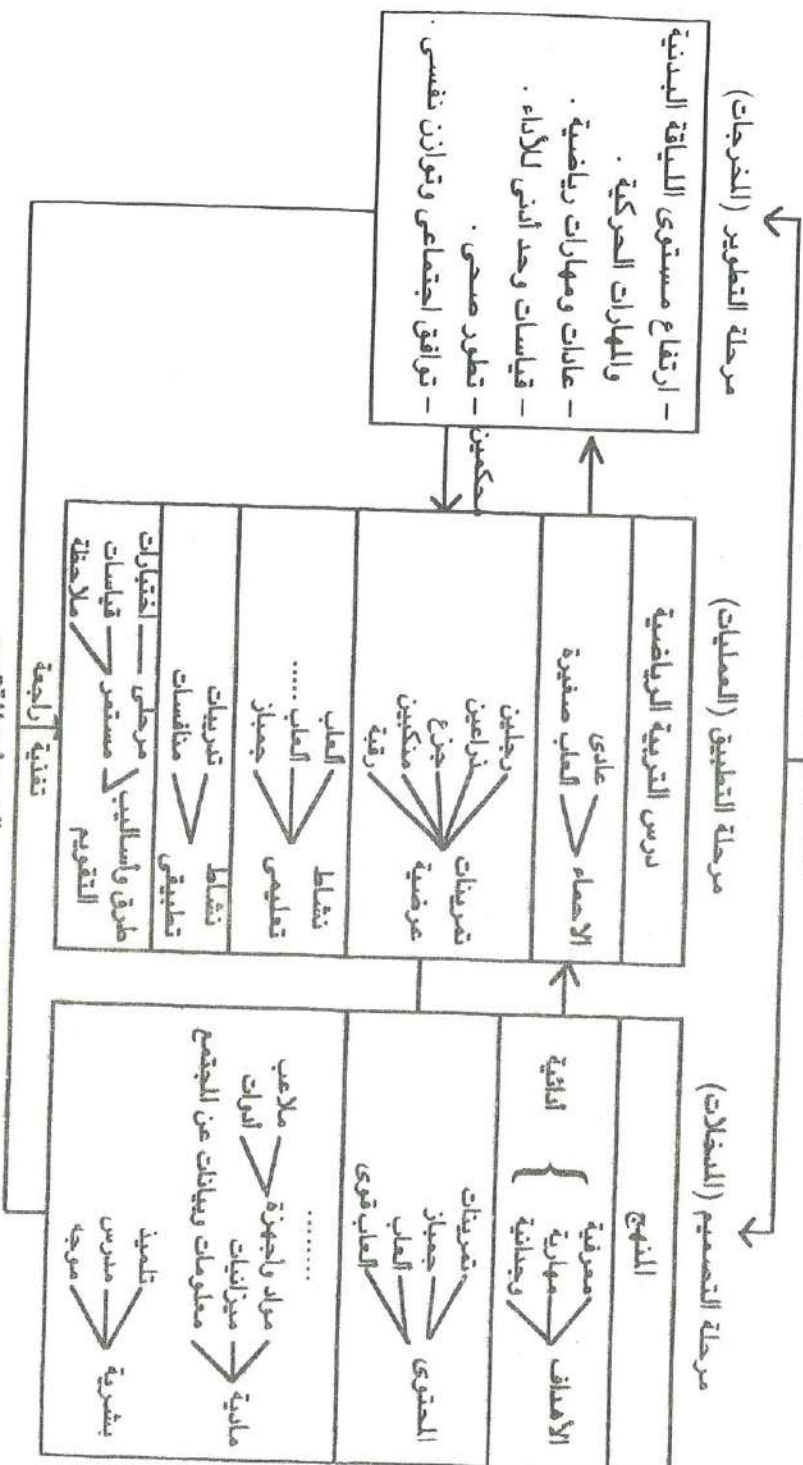
- اكتساب التلاميذ عادات صحية ومهارات حركية جديدة .

- تطور صحى عام فى جميع أجهزة الجسم .

- توافق اجتماعى وتوازن نفسى .

وإذا ظهر قصور فى تحقيق هذه المحددات يتم التعديل والتغيير عن طريق التغذية الراجعة لكل من المدخلات والعمليات أو المخرجات نفسها ، هذا وقد تم عرض هذا النموذج فى صورته الأولية على المحكمين وهم خبراء فى مجال التربية الرياضية والتربية وقد طلب بعضهم اجراء بعض تعديلات بسيطة رأينا أنها توضح خطوات النموذج وتحاول تقليل السلبيات عند التطبيق ، حتى ظهر النموذج بالصورة النهائية .

إطار نظري



وقد قام المؤلف بعمل رسالة دكتوراه تحت عنوان « تطوير منهج التربية الرياضية للصف السابع الأساس باستخدام أسلوب تحليل النظم فى مدينة الاسكندرية » وقد تناول المؤلف فى الفصل الأول :

ملخص رسالة الدكتوراه المقدمة من / محمد سعيد أحمد عزمى تحت عنوان : تطوير منهج التربية الرياضية للصف السابع الأساس باستخدام أسلوب تحليل النظم فى مدينة الاسكندرية .

- المقدمة : وتوضح أهمية التربية الرياضية وبالتالي أهمية تطوير منهج التربية الرياضية لتناسب مع أهداف المجتمع وكذلك أهمية أسلوب تحليل النظم فى عملية التطوير .

- مشكلة البحث : وقد تم تحديدها فى العبارة التقريرية التالية :

- افتقار منهج التربية الرياضية للصف السابع الأساس الحالى إلى التطوير من عام ١٩٨٠ ووجود المؤشرات التى تتم عن أوجه قصور فيه .

ويمكن صياغة هذه المشكلة فى الأسئلة التالية :

- ما الواقع الحالى لمنهج التربية الرياضية للصف السابع

الأساس ؟

- ما الصورة المقترحة لمنهج التربية الرياضية للصف السابع

الأساسى باستخدام أسلوب تحليل المنظم ؟

- ما نتائج تطبيق الوحدة المختارة من المنهج المقترح ؟

الفصل الثانى :

وقد استعرض المؤلف فى هذا الفصل الدراسات والبحوث السابقة التى أجريت فى مجال تطوير مناهج التربية الرياضية وكذلك الدراسات التى استخدمت أسلوب تحليل النظم ، والهدف من استعراض البحوث والدراسات السابقة فى هذا الفصل هو التعرف على الاجراءات التى تناولتها هذه الدراسات والبحوث فى عملية تطوير مناهج التربية الرياضية وكذلك لتوضح بالأسلوب تحليل النظم من

أهمية للوصول إلى أفضل النتائج وقد تضمن الفصل بياناً بالدراسات المشابهة من حيث موضوعها والهدف الأساسى من الدراسة ، ووصف مختصر للعيينة والأدوات المستخدمة وأهمية النتائج ، ثم أنهى المؤلف الفصل بدراسة ناقدة لهذه الأبحاث بعد أن نقد كل مجموعة متشابهة على حدة .

وقد قام المؤلف بتقسيم تلك الدراسات إلى :

أولاً : دراسات فى مجال تطوير مناهج التربية الرياضية للمرحلتين الابتدائية والثانوية وقد اشتملت هذه المجموعة على عشرة دراسات .

ثانياً : دراسات فى مجال تطوير مناهج التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة وقد اشتملت هذه المجموعة على خمسة دراسات .

ثالثاً : دراسات استخدمت تحليل النظم وقد اشتملت هذه المجموعة على ستة عشر دراسة .

وكان الهدف من التقسيم هو تصنيف الدراسات والبحوث السابقة إلى مجموعات يمكن استنتاج صفة مشتركة بينها أو نتيجة محددة لكل مجموعة حتى يمكن الاستفادة منها فى البحث الحالى وقد استفاد المؤلف من هذه الدراسات بالآتى :

- أهمية استخدام أسلوب تحليل النظم فى حل المشكلات لما يتميز به من تحليل ودقة وموضوعية .
- تحديد المنهج المستخدم فى البحث وهو المنهج الوصفى المسحى والمنهج التجريبي .
- تحديد العينة المستخدمة .
- تحديد أدوات البحث والتي تحددت فى بناء استمارات استطلاع الرأى .
- تحديد المعالجات الاحصائية المناسبة لتحقيق نتائج البحث .

الفصل الثالث :

وقد تضمن هذا الفصل عرض لمفهوم أسلوب النظم وأسلوب تحليل النظم والعلاقة بينهما والقاء الضوء على تعريفات ونظريات وعناصر أسلوب تحليل النظم وصعوبات تطبيقه فى الميادين التربوية كذلك مصادر دراسة الحقائق فى تحليل النظم وأسلوب تحليل النظم والسيرنيتيك وأهمية أسلوب تحليل النظم كأداة لاجداث التطوير موضعاً بعض النماذج المستخدمة فى التطوير مع دراسة ناقدة لها وصولاً إلى نموذج مقترح لتطوير منهج التربية الرياضية للصف السابع الأساسى من اعداد المؤلف .

الفصل الرابع :

يهدف المؤلف فى هذا الفصل إلى تحديد أهداف منهج التربية الرياضية للصف السابع الأساسى بالمرحلة المتوسطة ، وقد تطلب ذلك مناقشة الآتى :

- أهداف التربية الرياضية عامة كما حددها المجلس الأعلى للشباب والرياضة .
- أهداف منهج التربية الرياضية بالمرحلة الاعدادية .
- خصائص تلاميذ هذه المرحلة ذات الصلة بمنهج التربية الرياضية باعتبارها إحدى محددات الأهداف .
- أهمية تحديد الأهداف ومعايير اختيارها وكيفية صياغتها وتطبيقها .

وقد قام المؤلف بوضع قائمة بالأهداف بعد تقسيمها إلى :

- أهداف معرفية .
- أهداف نفس حركية .
- أهداف وجدانية .

ثم قام المؤلف بترجمة الأهداف السابق تحديدها لأوجه التعلم أى توضيح المحتوى الذى ينبغى أن يقدم إلى تلاميذ الصف السابع الأساسى لتحقيق تلك الأهداف وكيفية تنظيم خبراته وقد قام المؤلف بتحديد عناصر لمعيار مبنى على أسس تحديد محتوى المنهج وفى ضوء

ما أفادت به الدراسات السابقة ، وفى ضوء الاطار النظرى لأسلوب تحليل النظم وقد اشتمل هذا المعيار على ثلاث جوانب :

- الجانب الأول : محتوى المنهج .

- الجانب الثانى : طرق وأساليب تدريس التربية الرياضية .

- الجانب الثالث : طرق وأساليب التقويم .

وهو ما يجب أن يكون عليه منهج التربية الرياضية - للصف السابع الأساسى ومن استخلاصات الدراسات السابقة والداسة النظرية توصل المؤلف إلى وضع الفروض الآتية للدراسة :

١- يوجد قصور فى المنهج الحالى للتربية الرياضية للصف السابع الأساسى .

٢- المنهج المقترح باستخدام أسلوب تحليل النظم أفضل من المنهج الحالى .

الفصل الخامس :

وفيه يوضح المؤلف الاجابة على التساؤل الآتى بعدما انتهى من وضع معياراً يتضمن الأهداف وأوجه التعليم المقترحة .
ما أوجه القصور بمنهج التربية الرياضية للصف السابع الأساسى الحالى ؟

وقد قام المؤلف بتحليل المنهج الحالى فى ضوء نتائج استطلاع آراء القائمين بالتدريس والقائمين بالتوجيه ومقاييس اتجاه التلاميذ نحو درس التربية الرياضية وذلك للتعرف على الفجوات الموجودة فى المنهج الحالى .

والمؤلف بذلك يناقش المنهج فى ضوء أسلوب تحليل النظم من حيث الأهداف والمحتوى وطرق تنفيذ النشاطات والممارسات والامكانيات المستخدمة وطرق ووسائل التقويم ، وهى نفس المحاور فى الاستبيانات سواء للقائمين بالتدريس والقائمين بالتوجيه وكان لا بد أن يتعرض المؤلف للآتى :

- العينة واشتملت على ٢٥ مدرسة - ١٠٠ مدرس - ٥٠٠ تلميذ - ٨ موجهين .

- الأدوات المستخدمة .

- ١- بناء استمارة استطلاع رأى للقائمين بالتدريس .
- ٢- بناء استمارة استطلاع رأى للقائمين بالتوجيه .
- ٣- بناء استمارة قياس ميول واتجاهات التلاميذ نحو درس التربية الرياضية .

- المنهج : استخدم المؤلف المنهج الوصفى لمناسبته لرصد الواقع الحالى :

وقد استطاع المؤلف تحديد الفجوات والقصور فى منهج التربية الرياضية للصف السابع الأساسى الحالى وذلك حتى يمكن معالجة هذا القصور عند عملية التطوير .

الفصل السادس :

قام المؤلف بتطوير المنهج الحالى للتربية الرياضية للصف السابع الأساسى باستخدام أسلوب تحليل النظم وفى ضوء النموذج الذى توصل إليه لتحقيق الأهداف التى سبق تحديدها وعرضها على المحكمين ، وصولاً إلى تخطيط وحدات تعليمية وطريقة تنفيذها ، وتقويمها وذلك بعد عرض المنهج المقترح على المحكمين وأجراء التعديلات اللازمة حتى صار فى صورته النهائية للوصول إلى :

- ارتفاع مستوى اللياقة البدنية والمهارات الحركية .
 - اكتساب عادات ومهارات رياضية .
 - تحديد القياسات والحد الأدنى للأداء .
 - تطور صحى .
 - توافق اجتماعى وتوازن نفسى .
- وقد تم تقسيم المنهج المقترح إلى أربعة وحدات تعليمية كبيرة تنقسم كل منها إلى ثلاثة مجموعات وكل مجموعة إلى أربعة دروس وكل درس إلى ٤٥ دقيقة .

ثم قام المؤلف بإجراء بحث تجريبي بتطبيق وحدة مقترحة للوقوف على مدى فاعلية هذا المنهج .

وقد تم شرح الوحدة بالتفصيل وكيفية تدريسها وتنفيذ نشاطاتها وتقويمها .

وقد توصل المؤلف إلى وضع الفروض الآتية للبحث التجريبي .

١- المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة في مستوى القدرات البدنية .

٢- المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة في مستوى المهارات الحركية .

٣- المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة في مستوى المعارف والمعلومات .

٤- المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة في مستوى مقياس الاتجاه نحو درس التربة الرياضية .

أدوات البحث :

القياسات القبلية :

- تم إجراء قياسات القدرات البدنية والمهارات الحركية والمعرفية والاتجاهات التي تم تحديدها لكل من مجموعتي البحث التجريبية والضابطة .

- تم اختيار الوحدة التعليمية الأولى من المنهج المقترح وذلك لتدريسها للمجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة فقد تم التدريس لها بالمنهج الحالي .

القياسات البعدية :

- تم أخذ قياسات بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة بحيث تضمنت إجراء نفس الاختبارات على التلاميذ أفراد العينة وقد تمت إجراءاتها كما في القياس القبلي وقد تم تسجيل النتائج وجدولتها .

الاستنتاجات والتوصيات :

استناداً لما ورد فى الاطار النظرى لهذا البحث وانطلاقاً مما أمكن التوصل إليه من نتائج عن طريق التحليل الاحصائى ، تم وضع الاستنتاجات والتوصيات الخاصة بالبحث التجريبى كالآتى :

- أدى التدريس باستخدام المنهج المقترح بأسلوب تحليل النظم إلى تقدم المجموعة التجريبية تقدماً ملحوظاً فى مستوى أداء المهارات الحركية والقدرات البدنية والمعارف والمعلومات ، وكذلك اتجاهات التلاميذ نحو درس التربية الرياضية .

وفى ضوء ما تمخضت عنه الدراسة من نتائج وما وقف عليه المؤلف أثناء التجريب من أوجه قصور فى مناهج التربية الرياضية ، وفى ضوء ذلك يقدم المؤلف مجموعة من التوصيات يمكن أن تعرض مقسمة فى مجموعتين : الأولى منها تتعلق بالمنهج المقترح والثانية تتعلق بما أسفر عنه رصد الواقع الحالى لمنهج التربية الرياضية الحالى :

أولاً : توصيات تتعلق بالمنهج المقترح :

انطلاقاً مما أشارت إليه النتائج والاستنتاجات نوصى بما يأتى :

- تجريب المنهج المقترح لتدريس مادة التربية الرياضية للصف السابع الأساسى على عينات أكبر لمعرفة مدى فاعليته .
- زيادة تخطيط الوحدات التعليمية الخاصة بالسنوات الدراسية وفقاً للتخطيط الذى قام به والذى تظهر فيه أهداف الوحدات والدروس ، حتى يتمكن المدرس من تخطيط خبرات التعلم بالوحدة فى ضوء أهدافها .

- العمل على وضع دليل لمدرسى التربية الرياضية يكون مرشداً له يساعده على تنفيذ المنهج لتحقيق الأهداف على نحو مرضى .
- دراسة استخدام أسلوب تحليل النظم فى تطوير مناهج التربية الرياضية بمراحل التعليم المختلفة .

- استخدام النموذج المقترح الذى وصفه المؤلف فى تطوير مناهج

التربية الرياضية بالتعليم العام لمعرفة مدى فاعلية هذا النموذج وتأثيره خصوصاً بعد أن ثبت فاعليته وتأثيره على منهج الصف السابع الأساسى .

ثانياً : توصيات تتعلق بما أسفر عنه رصد الواقع الحالى لمنهج التربية الرياضية :

- يجب أن يحتوى منهج التربية الرياضية على أهداف واضحة ومحددة بصورة اجرائية يمكن قياسها للتعرف على مدى تحقيقها ، كما يجب أن تكون هذه الأهداف واضحة لا تحتمل أكثر من معنى واحد ، لذلك يجب فى ضوء ما سبق الاهتمام بالأهداف الموجودة حالياً .
- يجب تعديل محتوى المنهج الحالى بحيث يستطيع أن تتحقق الأهداف من خلال محتوى جيد يمتاز بالتكامل والتتابع ويعمل على تنمية عناصر اللياقة البدنية .
- يجب ألا يغفل منهج التربية الرياضية الميول والاتجاهات لدى التلاميذ والعمل على تنميتها .
- يجب زيادة الاعتمادات المالية فى المدارس واعادة توزيع حصيلة النشاط .
- يجب دعم وزارة التربية والتعليم للمدارس بالأدوات والأجهزة وبناء الملاعب والكف عن بناء الفصول فى الملاعب ومراعاة أن مادة التربية الرياضية لا تقل بأى حال من الأحوال عن باقى المواد الدراسية .
- يجب وضع خطة متكاملة للتقويم حتى يمكن الوقوف على نقاط الضعف ومحاولة التغلب عليها وتنمية نقاط القوة بالمنهج .
- يجب اشراك المدرس فى كيفية تنفيذ المنهج ، كل حسب امكانيات مدرسته وتوعية تلاميذه سواء من ناحية المستوى الاجتماعى أو الصحى .
- يجب وضع خطة على مستوى التوجيه لاستغلال الملاعب المجاورة للمدارس واستكمال النقص الموجود حالياً ، ويكون هذا الاستغلال تحت اشراف دقيق للمحافظة على سلامة التلاميذ .

- يجب عمل سجل رياضى يصاحب التلميذ عند بداية دخوله
للمدرسة الابتدائية ويستمر معه موضحاً فيه تفوقه الرياضى حتى
يمكن لمدرس المرحلة المتوسطة رعاية هذا التفوق والعمل على تنميته بما
يحقق للمجتمع الاستفادة من هذا التفوق خصوصاً وأن النوادى
أصبحت مكتظة بالأعضاء ولا تقبل أعضاء جدد مما يجعل مدرس
التربية الرياضية فى هذه المرحلة هو المسئول عن اكتشاف المواهب
الرياضية والعمل على رعايتها - خصوصاً بعد صدور قانون استثناء
الطلبة الرياضيين ودخولهم بعض الكليات بدون شرط المجموع
تشجيعاً لهم على ممارسة الرياضة .

تم بحمد الله تعالى

رقم الايداع ٧٨٣١ / ٩٥

الترقيم الدولي

I.S.B.N.

977-03-0201-5

الكرنك للكمبيوتر

ت: ٤٨٣٢٧١١

مطبعة الانتصار

لطباعة الأوفست

١٠ ش الوردى كوم الدكة

ت: ٤٩١٦٥٩٧ - ٤٩٢٥٣٩٣

محمد صبري