

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

Ministère de l'Enseignement supérieur et de
la Recherche Scientifique
Université Hassiba Benbouali Chlef
Institut d'Education Physique et Sportive
Département Tronc Commun



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف
معهد التربية البدنية والرياضية
قسمالجدع المشترك

مطبوعة بيداغوجية

مدخل إلى النشاط البدني الرياضي

المقياس: مدخل إلى النشاط البدني الرياضي	المستوى: السنة أولى جذع مشترك
السداسي: الأول	/ التخصص:

من إعداد: الدكتور مختاري عبد القادر

الرتبة: أستاذ محاضر قسم "أ"

السنة الجامعية: 2021/2020

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

Ministère de l'Enseignement supérieur et de
la Recherche Scientifique
Université Hassiba Benbouali Chlef
Institut d'Education Physique et Sportive
Département Tronc Commun



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف
معهد التربية البدنية والرياضية
قسمالجدع المشترك

مطبوعة بيداغوجية

مدخل إلى النشاط البدني الرياضي

المقياس: مدخل إلى النشاط البدني الرياضي	المستوى: السنة أولى جذع مشترك
السداسي: الأول	/ التخصص:

من إعداد: الدكتور مختاري عبد القادر

الرتبة: أستاذ محاضر قسم "أ"

السنة الجامعية: 2021/2020

مقدمة:

إن النشاط البدني الرياضي أحد أنواع المنشطات المدرسية الذي له دور كبير في تكوين

التلاميذ من عدة جوانب.

فمن الناحية البدنية يعمل على رفع كفاءة الأجهزة الحيوية وتحسين الصحة العامة

للجسم التمتع بها كذلك اكتساب اللياقة البدنية والقوام المعتدل، أما من الناحية الاجتماعية فهو

يحقق التكوين الاجتماعي والاتجاهات المرغوب فيها، ولكي يتحقق كل هذا يتطلب التوجيه

التعليمي والمهني الصحيح ويرجع ذلك بالدرجة الأولى إلى أساتذ التربية البدنية والذي يجب

عليه أن يعي جيدا ويقوم بعمله على أحسن وجه إزاء هذا النشاط ويكون بمراعاة دوافع التلاميذ

ورغباتهم في الممارسة الرياضية لتدعيمها وتوجيهها حتى يستطيع النجاح في عمله، أما من

الناحية النفسية تهدئته وصرف طاقته الداخلية وفق ما يعود بالفائدة على بدنه وفكره، فالممارسة

يتعلم كيف يواجه مشاكله وحل عقده ومشاكله النفسية، فيتعلم المثابرة وعدم الاستسلام ومواجهة

الواقع مهما كان نوعه والاتكال على نفسه في تلبية حاجياته اليومية ومتطلبات الحياة.

كما علينا إذن التطرق بنوع من التفصيل، لمختلف هذه العناصر، دون أن نغفل مدرسة التربية

البدنية والرياضية من خلال شخصيته، وصفاته، وبعض الأساليب التدريسية المستعملة في

هذا الشأن.

المستوى المستهدف: السنة الأولى جذع مشترك.

الكلمات الدالة: النشاط البدني - التربية البدنية

أهداف التعليم:

- أن يكتسب الطالب القواعد الأساسية والمعارف النظرية والتطبيقية المرتبطة بنشاط البدني

الرياضي.

- إن نجعل قدر المستطاع الطالب قادرا على فهم النشاط البدني الرياضي عامة والتربية

البدنية والرياضية بصفة في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

فهرس المطبوعة

رقم الصفحة	العنوان	رقم المحاضرة
مقدمة		
فهرس المطبوعة		
1	تعريف النشاط البدني والرياضي (معنى - مفهوم) - الأهداف - الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي - واجبات النشاط الرياضي (I)	01
11	تعريف النشاط البدني والرياضي (معنى - مفهوم) - الأهداف - الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي - واجبات النشاط الرياضي (II)	02
17	النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي - تصنيف الأنشطة البدنية و الرياضية (I)	03
23	النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي - تصنيف الأنشطة البدنية و الرياضية (II)	04
32	التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية - القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية (I)	05
43	التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية - القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية (II)	06

53	ماهية التربية البدنية والرياضية في المدرسة- التربية البدنية والرياضية كمادة دراسية (I)	07
63	ماهية التربية البدنية والرياضية في المدرسة- التربية البدنية والرياضية كمادة دراسية (II)	08
71	أغراض التربية البدنية والرياضية - أساليب التدريس (I)	09
77	أغراض التربية البدنية والرياضية - أساليب التدريس (II)	10
99	أغراض التربية البدنية والرياضية - أساليب التدريس (III)	11
117	مدرس التربية البدنية والرياضية- صفات مدرس التربية البدنية (I)	12
121	مدرس التربية البدنية والرياضية- صفات مدرس التربية البدنية (II)	13
124	صفات مدرس التربية البدنية	14
خاتمة		
قائمة المصادر والمراجع		

المحاضرة الأولى

تحت عنوان: تعريف النشاط البدني والرياضي (معنى - مفهوم) -

الأهداف- الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي- واجبات النشاط الرياضي (I)

1- تعريف النشاط البدني والرياضي:

تعريف النشاط: هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المرافق التي يقابلها الفرد في حياته اليومية. (الحماحي والخولي، 1990، صفحة 29).

1-1- تعريف النشاط البدني:

أ- تعريفه أدبيا: تستخدم كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به المجال الكلي والإجمالي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والترصص في مقابل الكسل والوهن والخمول.

ب- تعريفه الأنثربولوجي: وفي الواقع فإن النشاط البدني بمفهومه العريض هو تعبير شامل لكل ألوان النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام، وهو مفهوم أنثربولوجي أكثر منه إجتماعي، لأنه جزء مكمل ومطهر رئيسي لمختلف الجوانب الثقافية والنفسية والاجتماعية لبني الإنسان.

ج - تعريف لارسون: ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه النشاط الرئيسي المشمل على ألوان وأشكال وأثر الثقافة البدنية للإنسان، ومن بين هؤلاء العلماء يبرز "لارسون" الذي اعتبر النشاط البدني بمنزله على الإطلاق في مؤلفاته واعتبر المجال البدني التعبير المتطور تاريخيا، ومن التغيرات الأخرى كالتدريب البدني الثقافة البدنية، وهي تعبيرات مازالت تستخدم حتى الآن ولكن المضامين مختلفة. (الخولي، 1996، 22).

من خلال هذا التعريف يتضح لنا أن النشاط البدني عبارة عن مجموعة من الأنشطة والحركات البدنية التي يقوم بها الإنسان في حياته اليومية وهو عبارة عن مفهوم أنثروبولوجي أكثر منه اجتماعي، ومن هذا المفهوم الواسع للنشاط البدني وعبر العصور إنبثقت منه مختلف التنظيمات الفرعية الأخرى وأهمها الثقافة البدنية والتدريب البدني.....إلخ. ومنه نستنتج أن النشاط البدني هو تعبير لمجموع الحركات والأنشطة البدنية التي يقوم بها الإنسان منذ القدم.

1-2- تعريف النشاط البدني والرياضي:

يعتبر النشاط البدني أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان، وهو الأكثر مهارة من الأشكال الأخرى للنشاط البدني، ويعرفه "ماتيف" matfif أنه: >نشاط شكل خاص جوهره المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها< وبذلك فلأن ما يميز النشاط البدني الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة ليس من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط الرياضي في حد ذاته وتضيف طابعا اجتماعيا ضروريا وذلك لأن النشاط البدني نتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن إجتماعي ثقافي.

ويتميز النشاط البدني الرياضي عن بقية ألوان الأنشطة بالاندماج البدني الخاص ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط رياضي أو ننسبه إليه كما أنه مؤسس أيضا على قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة وهذه القواعد تكونت على مدى التاريخ سواء قديما أو حديثا، والنشاط البدني الرياضي يعتمد بشكل أساسي على الطاقة البدنية للممارسة وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطرق اللعب.

وبشير "كوشين وسيج" إلى أن النشاط البدني الرياضي يمكن أن يعرف بأنه مفعم باللعب التنافسي والداخلي والخارجي، المرود والعائد يتضمن أفرادا أو فرقا تشترك في

مسابقة وتقرر النتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطط. (الخولي، 1993، صفحة 390).

أما فيما يخص النشاط البدني الرياضي فهي التعبير الأصح المجمل الحركات والمهارات البدنية الأكثر دقة، إذن هو تتويج للحركات والأنشطة الرياضية التي تقوم على أساس وهدف معين مبنيا على خطط ومهارات محددة في إطار تنافسي نزيه وذلك من أجل الوصول إلى النتيجة المرغوب فيها.

1-3-3- النشأط الرياضي:

1-3-3-1 - معنى ومفهوم النشأط الرياضي:

يعتبر النشأط الرياضي من أهم وسائل التعبير عن الذات بالنسبة للتلاميذ داخل المدرسة فيواسطته يعبر التلاميذ عن رغباتهم وميولهم وكذلك مواهبهم عن طريق اللعب كما يعمل على تنشيطهم من الناحية الفيزيولوجية والنفسية فيرفع من مردودهم البدني والذهني مما يؤدي إلى إخراجهم من روتين الحصص النظرية الأخرى.

- إن النشأط خارج الفصل ليس بأقل أهمية مما يحدث في الفصل إذ أنه مجال تربوي تتحقق فيه أغراض هامة من بينها:

- النشأط مجال لتعبير التلاميذ عن ميولهم وإشباع حاجاتهم التي إذ لم تشبع كان ذلك من عوامل جنوح التلاميذ وميولهم للتمرد عن وظيفتهم عن المدرسة.

- النشأط وسيلة لتنمية ميول التلاميذ ومواهبهم وفرصة للكشف عن المواهب مما يساعد على توجيههم التوجيه التعليمي المهني والصحيح.

والنشأط الرياضي يعتبر أحد فروع هذا النشأط حيث يسعى المربي الرياضي من خلاله إلى تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية. (الخولي، صفحة 22).

1-3-3-2 - أهداف النشأط الرياضي:

من بين أهداف النشأط الرياضي ما يلي:

- زيادة قدرة الفرد على تركيز الانتباه والإدراك والملاحظة والتصور والتخيل والابتكار .
- رفع كفاءة الأجهزة الحيوية للفرد كالجهاز الدوري التنفسي، ذلك لأن النشاط الرياضي يقوي عضلات القلب والرئتين ويزيد من كفاءتها الوظيفية.

- اكتساب الصحة العامة للجسم والتمتع بها فقد يتمتع البعض بصحة طبية دون ممارسة لون من ألوان النشاط الرياضي، إلا أن الأفراد الذين يمارسون هذا النشاط يشعرون ببهجة الحياة.

اكتساب اللياقة البدنية والقوام المعتدل، ويعرف البعض اللياقة البدنية على أنها القدرة على أداء عمل الفرد في حياته اليومية بكفاءة دون سرعة الشعور بالإرهاق أو التعب مع بقاء البعض من الطاقة التي تلزمه للتمتع بوقت الفراغ.

- تحقيق التكيف الاجتماعي والنفسي للفرد داخل أسرته ومجتمعه ووطنه.

- اكتساب القيم الاجتماعية والاتجاهات المرغوب فيها. (عوف، 1978، ص193).

1-3-3- أنواع النشاط الرياضي:

1-1-3-1 من الناحية الاجتماعية:

ويقسم إلى:

أ- فردي: هو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستهانة بالآخرين في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، ألعاب القوى السباحة...إلخ.

ب- الجماعي: وهو النشاط الذي يمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى "بنشاط

الفرق" مثل كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد.....إلخ.

1-3-1-2 حسب طريقة الأداء:

أ- ألعاب هادئة: لا تحتاج إلى لمجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في

جو هادئ ومكانه محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو إحدى الفرق وأغلب ما تكون هذه الألعاب

للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم" تنس الطاولة".

ب- **الألعاب البسيطة:** ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تتناسب مع الأطفال.

ج- **ألعاب المنافسة:** تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب يتنافس فيها الأفراد فردي أو جماعي. (خطاب، زكي، 1965، صفحة 70).

وفيما يخص النشاط الرياضي، المرتبط بالمدرسة والذي يدعى بالنشاط للتربية البدنية فإنه يعتبر أحد الأجزاء المكمل لبرنامج التربية البدنية ويحقق نفس أهدافها.

2- الأنشطة المدرسية:

2-1- الأنشطة الصفية:

هي تلك النشاطات التي تدرج داخل حصة التربية البدنية والرياضية لتحقيق الأهداف المرجوة منها.

2-2- الأنشطة اللاصفية:

2-2-1- النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

هو النشاط الذي يقدم خارج أوقات الدروس داخل المؤسسات التربوية والغرض منه هو إتاحة الفرصة لكل تلاميذ المدرسة لممارسة النشاط المحبب لهم ويتم عادة في أوقات الراحة الطويلة، والقصيرة في اليوم المدرسي وينظم طبقا للخطة التي يضعها المدرس سواء كانت مباريات بين الأقسام أو عروض فردية أو أنشطة تنظيمية. (بسيوني، الشاطي، 1987، صفحة 132).

ويعرف النشاط الرياضي الداخلي بأنه البرنامج الذي تديره المدرسة خارج الجدول المدرسي أي النشاط اللاصفي في الغالب نشاط اختياري وليس إجباري كدرس التربية البدنية والرياضية ولكنه يتيح الفرصة لكل تلميذ أن يشترك في نوع أو أكثر من النشاط الرياضي.

وتوقيت النشاط الداخلي لا يجب أن يتعارض مع الجدول المدرسي المسطر فيمكن أن ينفذ في أوقات الفراغ وفي أوقات ما قبل الدراسة صباحا ووقت الراحة في منتصف النهار وحتى بعد انتهاء وقت الدراسة اليومي، فيمكن للتلاميذ العودة إلى المدرسة إذا كانت قريبة من مقر سكنهم (درويش وآخرون، 1992، صفحة 97).

واقبال التلاميذ على هذا النشاط أكبر دليل على نجاح البرنامج، إذ شمل النشاط أكثر عدد من التلاميذ

ويعتبر هذا النشاط مكملا للبرنامج المدرسي وحقلا لممارسة النشاط الحركي، خصوصا تلك الحركات التي يتعلمها التلاميذ في درس التربية البدنية. (الكاتب وآخرون، 1986، ص68).

وعلى ضوء ما تقدم فإن النشاط الداخلي هو تلك المسابقات التي تجرى بين الأقسام ويشمل الرياضات الجماعية والفردية، كما أنه تمهيد لنشاط أهم وأساسي وهو النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي.

2-2-2- النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات رسمية بين الغرف المدرسية وللنشاط الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قمة البرنامج الرياضي المدرسي العام، الذي يبدأ من الدرس اليومي، ثم النشاط الداخلي، لينتهي بالنشاط الخارجي، حيث يصب فيه خلاصة الجد والمواهب الرياضية في مختلف الألعاب لتمثيل المدرسة في المباريات الرسمية، كما يسهل من خلاله اختيار لاعبين ومنتخبات المدارس، لمختلف المناسبات الإقليمية والدولية. (المندلوي وآخرون، 1990، صفحة 55).

أ- مفهوم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

نشاطات الفرق المدرسية الرسمية، كما هو معروف فإن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس، سواء في الألعاب الفردية أو الجماعية وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية

للمدرسية وعنوان تقدمها في مجال التربية البدنية والرياضية وهذه الفرق يوجد أحسن العناصر التي تبرزها دروس التربية البدنية والنشاط الداخلي. (بسيوني، الشاطي، صفحة 133).

ب- أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

عن أهمية هذا النشاط يرى الدكتور هاشم الخطيب >> أن النشاط الرياضي الخارجي ناحية أساسية مهمة في منهاج التربية البدنية والرياضية، ودعامة قوية ترتكز عليها الحركة الرياضية في المدرسة بالإضافة إلى ذلك فإنه يكمل النشاط الذي يزاول في الدروس المنهجية << (الخطيب، 1988، صفحة 689).

- إن النشاط الخارجي هو تلك الممارسة التنافسية في الوسط المدرسي أو هو نشاطات الفرق المدرسية، هذه الفرق الرياضية تحتاج إلى إعداد خاص قبل الاشتراك في المنافسة وهذا من حيث الاختيار وانتقاء الطلاب الرياضيين وتشكيل الفرق الرياضية المدرسية في بداية الموسم الدراسي، وكذلك فيما يخص تدريب وإعداد هذه الفرق حيث نصت المادة: 07 من التعليم الوزاري المشتركة رقم: 15 أنه >> تكون الممارسة التنافسية التربوية من تدريبات رياضية متخصصة وتحضيرية للمنافسة فهي تستهدف المشاركة في التعبئة والإدماج الاجتماعي للشباب في شكل منافسة سليمة، تشغيل الجهاز الوطني لفرز وانتقاء الشباب ذوي المواهب الرياضية خاصة في أواسط التربية والتكوين. << (تعليمية وزارية مشتركة، 1993).

ج- أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

إن الهدف الأصلي للنشاط الرياضي الخارجي هو نفس الهدف العام لكل عملية تربوية وهو تنمية الفرد تنمية سليمة متكاملة، أما الأغراض القريبة فيمكن إيجازها فيما يلي:

1- الإرتفاع بمستوى الأداء الرياضي: إن المباريات الرياضية ما هي إلا منافسات بين

أفراد وفرق تحاول كل منها التفوق على الأخرى، في ميدان كل مقوماته الأداء الرياضي الفردي والجماعي، ولذلك يتم الإستعداد لمقاومة المتنافس بالإعداد والتدريب المنظم الصحيح ووضع عالي للمستويات المهارية، وبذلك يرتفع مستوى الأداء الرياضي ويزيد التمتع بالناحية الفنية

الجمالية لهذا الفن وقد يكون هذا المستوى موضوعا يمكن قياسه كما في القفز العالي والطويل ويكون اعتباريا بالنسبة للألعاب الجماعية. (أبو حسين والوامني، 1991، صفحة 41).

2- تنمية النضج الانفعالي: إن معرفة الفرد أو الفرق من نواحي قوته ونواحي ضعفه هي أول خطوة في سبيل النقد الذاتي وعلامة من علامات النضج الانفعالي كما يعتبر التحكم في النفس أثناء اللعب خطأ ضد آخر، أو حينما يحاسب اللاعب على خطأ يعتقد أنه لم يرتكبه، وهو يعتبر هذا علامة من علامات النضج الانفعالي. (شلتوت ومعوض، 1981، صفحة 65).

3- الإعتدال على النفس: إن ممارسة الاعتماد على النفس وكذلك الصفات الخلفية الأخرى كتحمل المسؤولية وقوة الإرادة وعدم اليأس، كل هذه المميزات والصفات واجب حضورها وتوفرها أثناء الاندماج في المقابلات الرياضية المدرسية. (شلتوت و معوض، 1981، صفحة 66).

4- حسن قضاء وقت الفراغ: إن من أكبر مشكلات العصر الحديث كثرة وازدياد وقت الفراغ وإن قياس مدى تقدم الدول حديثا مرهونا بمدى معرفة أبنائهم لكيفية قضاء أوقات الفراغ، والتنافس الرياضي يعتبر من أنجح الوسائل لقضاء وقت الفراغ.

5- تعلم قوانين الألعاب وتكتيك اللعب: هذا غرض عقلي واجتماعي فتفهم القانون نصا وروحا، ثم دراسة التكتيك سواء كان فرديا أو جماعيا يتطلب مقدرة عقلية وفكرية معينة، أما التطبيق العملي لهذا التكتيك مع الالتزام بما تفرضه القوانين والقواعد، يعتبر ممارسة اجتماعية على احترام القوانين واللوائح والقواعد والعمل في حدودها وعدم الخروج عن إطارها العام.

6- اكتساب الصحة البدنية والعقلية والنفسية والمحافظة عليها وتنميتها: لقد أمست الصحة على خلو الجسم من الأمراض فقط، أما التعريف العام فيشمل صحة الجسم والعقل، مع النضج الانفعالي والمقدرة على التكيف الاجتماعي، وتتطلب المباريات الرياضية أن يعمل الفرد بكل قواه الجسمية والعقلية والوجدانية في تكامل وتناسق يؤدي إلى توازن الشخصية،

والمباريات الرياضية بما فيها من انطلاق وتعبير عن النفس تعتبر مجالاً للإفصاح عن المشاعر والعواطف، كما أنها في الكثير من الأحيان تكون صمام الأمان لشخصية الفرد من الانهيار، فأشراك الفرد مع فريق مدرسته يمثل في حد ذاته الاعتراف بذاته وامتيازه.

7- التدريب على القيادة: من المعلوم أن لكل مجموعة قائد ولكل فريق رئيس وتمس قوانين أغلب الرياضات الجماعية أن رئيس الفريق هو الممثل الرسمي للفريق وهذه المسؤولية قيادية وتوفر مباريات النشاط الخارجي مواقف عديدة لممارسة اختصاصات هذا المركز القيادي بما فيه من المسؤوليات وسلطات، وفي هذا التدريب على القيادة. (شلتوت ومعوذ، 1981، صفحة 66).

د- أسس إعداد وتنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

يكمل مفهوم النشاط الخارجي سائر أجزاء البرنامج من حيث الواجبات التربوية وفي بعض دول العالم يوجد تنظيم متقدم للغاية، لإدارة هذا النوع من النشاط بين المدارس وفي أغلب هذه الدول توجد إتحادات رياضية متخصصة في إدارة هذا النشاط المدرسي ولكي نتيح فرص النجاح للنشاط الخارجي، يرى الدكتور " محمد الحماحمي " في كتابه >> أسس بناء برامج التربية الرياضية <<، أن من أهم هذه الأسس التي يجب على المدرس مراعاتها المرحلة السنوية للطلاب عند إختيار الفرق الرياضية حيث أن كل نشاط يتطلب خصائص بدنية أو قدرات خاصة.

مراعاة إختيار أعضاء الفرق الرياضية من ذوي الأخلاق الحميدة والمستوى المناسب في الأداء، الإهتمام بتحديد فترات تدريب أعضاء الفرق الرياضية بحيث لا يعوقهم التدريب على التحصيل الدراسي، الإهتمام بتوفير الإمكانيات اللازم لنجاح النشاط العمل على تكوين فرق رياضية في عدة نشاطات، وعدم الإقتصار على نوع واحد من النشاط أو نوعين، الإهتمام بضرورة احترام الفرق الرياضية للقانون وللروح الرياضية وللقيم التربوية، تخصيص جوائز للفائزين ولأحسن فريق مهزوم لأحسن لاعب في الأخلاق، وفي هذا السياق يرى الدكتور

"عباس أحمد صالح" أنه يجب أن يكون التناسق بين البرامج الصفية والبرامج اللاصفية، أي يجب أن يتدرب الطلاب على ما تعلموه من الدرس.

هـ- أقسام النشاط الخارجي:

ويشمل:

1- **نشاطات الفرق المدرسية:** فكما هو معروف أن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الألعاب الفردية أو الجماعية، وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة وعنوان تقدمها في مجال التربية البدنية والرياضية وهؤلاء التلاميذ يعتبرون نواة الأندية والأحياء، ومن هنا كان من الواجب الإهتمام البالغ بهذه الفرق ومد يد المساعدة إليها.

2- **النشاطات الخاوية كالمعسكرات والرحلات:** وهي أحد أهم الأنشطة التي يجد فيها التلاميذ راحتهم ويعبرون عن شخصيتهم بحرية وفي هذه الرحلات والمعسكرات يقام العديد من الأنشطة ويتعلم فيها التلاميذ الكثير من الأمور التي تساعدهم في حياتهم المستقبلية بالإضافة إلى الصفات النفسية الأخرى مثلا الإعتماد على النفس والقدرة على اتخاذ القرار وتحمل المسؤولية... الخ

ومن أهم أهداف هذا النشاط هي:

- إفساح المجال للفرق الرياضية للتنمية الإجتماعية والنفسية ذلك بالإحتكاك مع غيرهم من تلاميذ المدارس.

- الرفع من مستوى الأداء الرياضي بين التلاميذ.

- إتاحة الفرص لتعلم قوانين الألعاب وكيفية تطبيقها.

- إتاحة الفرص لتعلم القيادة والتبعية.

- إعطاء الفرص لتعلم الإعتماد على النفس وتحمل المسؤولية. (بسيوني، ياسين الشاطي،

صفحة 132).

المحاضرة الثانية

تحت عنوان: تعريف النشاط البدني والرياضي (معنى - مفهوم) -

الأهداف - الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي - واجبات النشاط الرياضي (II)

1- الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

يقسم "روديك" الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى:
. الدوافع المباشرة. . الدوافع غير مباشرة.

أ- الدوافع المباشرة: يمكن تلخيص أهم الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي فيما يلي:

- الإحساس بالرضاء للإشباع كنتيجة للنشاط البدني.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.
- الشعور بالإرتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة.
- الإشتراك في المنافسات الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط بها من خيارات إنفعالية متعددة.
- تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز. (العيسوي، 1984، صفحة 230).
- ب- الدوافع غير المباشرة: من أهم الدوافع الغير المباشرة ما يلي:
 - محاولة إكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.
 - ممارسة نشاط رياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج.
 - الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي.
 - الوعي بالدور الإجتماعي الذي تقوم به الرياضة، حيث يرى الفرد أنه يريد أن يكون رياضيا يشترك في الأندية والفرق الرياضية ويسعى للإنتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها رياضيا. (علاوي، جلال، 1987، ص183).

3- تطور دوافع النشاط الرياضي:

- إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي لا تستمر ثابتة أبد الدهر، بل تتناولها يد التغيير والتبديل في غضون الفترة الطويلة التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي.

- إذ تتغير دوافع النشاط الرياضي بالنسبة للفرد في كل مرحلة سنوية حتى تحقق مطالب وإحتياجات هذه المرحلة التي يمر بها الفرد، كما تختلف دوافع الفرد طبقاً لمستواه الرياضي ويجب على المدرب الرياضي معرفة الدوافع الخاصة بكل مرحلة من مراحل ممارسة النشاط الرياضي، حتى يستطيع أن يحفز الفرد عن الممارسة كما ينبغي على المدرب الرياضي أن يعمل على خلق دوافع جديدة لدى الفرد الرياضي وأن يحاول صبغ هذه الدوافع الطابع الإجتماعي الموجه نحو الجماعة، وأن يعمل على ربط الدوافع الفردية الذاتية للفرد بهذه الدوافع الإجتماعية والدوافع المختلفة للمراحل الرياضية التي يمر بها الفرد ترتبط بعضها البعض الآخر وتكون حلقة أو وحدة تهدف إلى أن يمارس الطفل النشاط الرياضي المتعدد لكي يستطيع إكتساب مختلف الخبرات الحركية التي تساعد على الميل نحو نشاط رياضي معين ومحاولة التخصص فيه، والمواظبة في التدريب للوصول للمستويات العالية ويقسم "بونوي": الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي طبقاً للمراحل الرياضية الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة بها، وهذه المراحل هي:

- مرحلة الممارسة الأولية للنشاط الرياضي.

- مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي.

- مرحلة المستويات الرياضية العالية (مرحلة البطولة الرياضية). (علاوي، صفحة

(160).

وتتلخص أهم الدوافع الخاصة بكل مرحلة من المراحل السابقة فيما يلي:

3-1- دوافع المرحلة الأولى لممارسة النشاط الرياضي:

في هذه المرحلة نبدأ المحاولات الأولى لممارسة النشاط الرياضي إذ يكون الطفل

مدفوعا بما يلي:

أ- **الميل نحو النشاط البدني:** يعتبر التعطش الجامع للحركة والنشاط من أهم الخصائص التي تميز الأطفال في هذه المرحلة وتجعلهم يقومون باللعب وممارسة مختلف أنواع الأنشطة الحركية المتعددة ولا يشترط غالبا أن يكون تفوق الطفل فيما بعد في لون من ألوان النشاط الرياضي التي سبق له ممارستها، إذ أن فكرة التخصص في لون رياضي معين تكون بعيدة عن تفكير الطفل في أوائل هذه المرحلة .

ب- **عامل البيئة:** إن ظروف البيئة التي يعيش فيها الطفل وما يرتبط بها من مثيرات ومنبهات وهذا ما يشجعه على ممارسة ألوان معينة من النشاط الرياضي، إذ نجد أطفال المناطق الساحلية يميلون غالبا نحو ممارسة النشاطات المائية كالسباحة مثلا، وأطفال المناطق القريبة من الخلاء يميلون إلى ممارسة ألعاب الكرات التي تتطلب مكانا فسيحا. كما قد يكون لتوجيهات الأسرة أو لتوجيهات المربي الرياضي دورا هاما في تشجيع الأطفال على ممارسة النشاط الرياضي وإتاحة الفرص المتعددة لهم.

ج- **درس التربية البدنية:** إن الأطفال في هذه الرحلة مطالبون بضرورة إشتراكهم في دروس التربية الرياضية بالمدرسة ويساهم درس التربية الرياضية بالمدرسة الإبتدائية في إتاحة الفرصة الدائمة لمرتين أسبوعيا أو أكثر لكي يماس الطفل مختلف أنواع الأنشطة الحركية تحت إشراف وتوجيه تربوي خاص، وكثيرا ما نجد حب الأطفال لدروس التربية الرياضية لما يرتبط بعامل الإحساس بالرضي والإشباع الناتج عن ممارسة النشاط البدني وما تتميز بها من الحرية والتلقائية والمرح والنشاط الجماعي في نطاق الصف الدراسي أو في نطاق المجموعات.

د- **النشاط الخارجي:** قد تسهم بعض برامج النشاط الرياضي بالمدرسة التي تنظم خارج نطاق الجدول الدراسي مثل: نشاط بعد الظهر أو النشاط الداخلي في إثارة دافعية الطفل نحو ممارسة

الأنشطة الرياضية كما قد تسهم في ذلك أيضا برامج النشاط الرياضي في بعض الساحات أو الأندية التي يرتادها الطفل أو يشترك فيها بحكم قربها من منزله مثلا.

3-2- دوافع مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي:

في هذه المرحلة ترتبط دوافع الفرد بالتخصص في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية إذ يرغب الطفل في أن يكون لاعب لكرة القدم أو كرة اليد أو كرة الطائرة مثلا كما ترتبط دوافعه أيضا بمحاولة الوصول إلى مستوى رياضي معين كمحاولة تمثيل فريق الأشبال لنادي معين مثلا، ومن أهم دوافع هذه المرحلة: (بوزيان وآخرون، 1999).

أ- ميل خاص نمو نشاط معين: في هذه المرحلة يتكون لدى الطفل ميل خاص نحو نوع معين من النشاط الرياضي يثير اهتمامه ويسعى إلى ممارسته والميل هو استعداد لدى الطفل يدعو إلى الانتماء لأشياء معينة تستثير وجدانه.

وقد ينتج هذا الميل عن نواحي ذاتية لدى الفرد تدفعه لممارسة نشاطه المختار والمحبيب إلى نفسه نظر لفائدته الصحية مثلا، أو قد ينتج بسبب وجود نوع من العلاقات أصدقاء له يمارسون النشاط نفسه، أو قد تكون بسبب توجيه معين من أفراد أسرته أو المدرس.

ب- إكتساب قدرات خاصة: قد يكسب الفرد قدرات خاصة في نوع من أنواع الأنشطة الرياضية فيسعى إلى تنميتها وتطويرها عن طريق المثابرة على ممارسة النشاط، إذ أن إتقان الفرد للمهارات الرياضية لنوع معين من الأنشطة بجدية نحو الممارسة ويدفعه إلى مواصلة التدريب للعمل على الارتقاء بمستوى قدراته إلى أقصى مدى، وعندئذ تصبح ممارسة هذا النشاط الرياضي حاجة عضوية تتطلب من الفرد محاولة إشباعها كما يصبح المجهود البدني المرتبط بممارسة النشاط الرياضي عادة يعتادها الفرد.

ج- إكتساب معارف خاصة: قد يكتسب الفرد الكثير من المعارف الخاصة بنوع من أنواع الأنشطة الرياضية الناتجة عن إشتراكه في ممارسة هذا النشاط فمعرفة الفرد لقواعد لعبة

معيّنة ونواحيها الفنية والخطّية تعتبر من النواحي التي تحمس الفرد وتدفعه لتطبيق هذه المعارف عملياً.

د- الإشتراك في المنافسات: إن الإشتراك في المنافسات الرياضية، وما يرتبط بها من خبرات إنفعالية متعددة، من العوامل الهامة التي تحفز الفرد على ممارسة النشاط الرياضي ومحاولة التقدم بمستواه الرياضي وتطويره، إذ أن السبب المباشر لمواظبة الفرد على التدريب الرياضي، وبذل أقصى الجهد يتأسس على محاولة الفرد بالإشتراك في المنافسات، ومحاولة الظهور اللائق وتحقيق أحسن النتائج بالإضافة إلى ذلك فإن الخبرات الانفعالية المرتبطة بالمنافسات الرياضية كالنجاح والفشل أو الهزيمة تعتبر من أهم الدوافع التي تلعب دوراً هاماً في هذه المرحلة. (عبد الخالق، 1972، صفحة 11).

4- واجبات النشاط الرياضي: من واجبات النشاط الرياضي ما يلي:

- تنمية الكفاءة الرياضية.
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.
- تنمية الكفاءة الذهنية والعقلية.
- النمو الإجتماعي . التمتع بالنشاط البدني الترويحي وإستثمار أوقات الفراغ بممارسة الأنشطة المختلفة.
- ممارسة الحياة الصحية السليمة.
- تنمية صفات القيادة الصالحة والتبعية السليمة بين المواطنين.
- إقامة وإتاحة الفرص للناخبين للوصول إلى مرتبة البطولة.
- تحسين الحالة الصحية للمواطنين.
- النمو الكامل للناحية البدنية كأساس من أجل زيادة الإنتاج.
- النمو الكامل للناحية البدنية كأساس عن الوطن.
- التقدم بالمستويات العالية. (عبد الخالق، 1972، صفحة 11).

4-1-1- واجبات الأستاذ الرياضي :

4-1-1- نحو النشاط الرياضي :

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يؤدي واجبه من خلال مادة التربية البدنية والتي تقوم برسالتها من خلال أوجه النشاط الرياضي، ويكون التنظيم المدرسي في المجالات الآتية:

- البرنامج التعليمي وذلك من خلال دروس التربية الرياضية.
- النشاط الداخلي وذلك من خلال المباريات الداخلية بين الفصول والجماعات.
- النشاط الخارجي وذلك من خلال المباريات الدولية والرسمية والبطولات العامة.
- النشاط الترويجي وذلك من خلال الأندية والفرق والهوايات الرياضية والمناسبات الإجتماعية والرحلات والأيام الرياضية.

المحاضرة الثالثة

النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي - تصنيف الأنشطة البدنية و

الرياضية (I)

1- نحو النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي :

- يقوم المدرس بتنفيذ البرنامج الخاص لمرحلة بناء الخطة العامة الموضوعية في البرنامج ثم تجزئته إلى أجزاء أصغر فأصغر حتى يصل إلى الدرس اليومي.
- يعد المشرف أو المعلم الملعب ويسهر على تجهيزه بالأدوات اللازمة.
- يعمل الأستاذ جاهداً على إبراز واستدعاء أحسن ما عنده من تلاميذ ذوي قدرات بدنية لكي يقوموا بأداء العرض وفي بعض الأحيان يضطر هو لأداء العرض لكي يريهم النموذج المطلوب.
- يجب على المدرس أن يغير شكل الدرس إذ رأى نوع من الملل يطرأ على التلاميذ فيقوم باستخدام تمرين توجيهي وذلك لتغيير جو الملل الذي يسود الفصل فينتقل ذلك من تشكيل إلى تشكيل آخر.
- يجب عليهم النظر إلى البرنامج كله من جميع الزوايا ومعرفة الأخطاء الموجودة وإقرار طرق إصلاحها. (الفاندي وآخرون، 1983).

1-1 نحو النشاط الرياضي الداخلي:

- يقوم المدرس خلال هذا النوع من النشاط بدور المدرب والحكم فهو يقوم بمهمة المدرب في تعلم المهارات المختلفة خلال مدة النشاط بالدرس وعند بدأ المنافسات يبدأ دورهم كحكم وهذا يستدعي أن يكون الأستاذ ملماً بقواعد وقوانين الألعاب.
- يجب مراعاة وملاحظة الوسيلة التي يستخدمها التلاميذ في سبيل الفوز في المباريات والمنافسات الرياضية وتوجيههم التوجيه التربوي والاجتماعي السليم.

- المباريات والمسابقات تعتبر فرصة سامعة للمدرس لبحث القيم والمفاهيم الاجتماعية والخلقية، ويجب أن يكون مستمرا وليس عملية مؤقتة، وعلى مدرس النشاط الرياضي إعداد وتجهيز الملاعب اللازمة لإقامة هذه المباريات والمسابقات والإكثار منها.

2-1 نحو النشاط الرياضي الخارجي :

- يجب على مدرس النشاط الرياضي أن لا يضع أثناء المباريات سوى التلاميذ الذين يجمعون بين الإمتياز الخلقى والرياضي.

- يستحسن أن يستعين المدرس ببعض زملائه الإكفاء فنيا وإداريا في بعض الألعاب التي يجيدها للقيام بتدريب فرق مدرسية وفي هذه الألعاب وإذ لم يجد بين زملائه من يستطيع القيام بذلك فعليه الإستعانة ببعض المدرسين الأكفاء فنيا وتربويا.

3-1 نحو النشاط الترويحي:

- الإكثار من الفرق والمنافسات الرياضية حتى يتيسر لكل التلاميذ من إشباع ميولهم ورغباتهم من ناحية وتكوين هواية رياضية من ناحية أخرى.

- تأسيس النادي المدرسي وتنظيمه وتحقيق مبدأ الحكم الذاتي في إدارته.

- الإكثار من الملاعب والأدوات التي تسير لكل تلميذ من مزاوله النشاط الذي يرغب فيه.

- تشجيع الرحلات والمعسكرات والعمل على بذل أقصى المعونات لها حتى تظهر نشاطها.

- الإكثار من الأيام الرياضية لفائدتها في الارتقاء بالخلق الرياضي للتلاميذ وظهور الروح الاجتماعية والرياضية عندهم. (الفاندي، 1983)

2- خصائص النشاط الرياضي:

النشاط الرياضي عبارة عن نشاط إجتماعي وهو تعبير عن تلاق متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.

- من خلال النشاط الرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الرئيسي.
- أوضح الصور التي يتسم بها النشاط الرياضي هو التدريب ثم المنافسة.
- يحتاج التدريب للمنافسة الرياضية، وهو أهم أركان النشاط الرياضي، كما يحتاج إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، ويؤثر المجهود الكبير على سير العمليات النفسية للفرد لأنه يتطلب درجة عالية من الإنتباه والتركيز.
- لا يسود في أي نوع من أنواع النشاط الإنساني، كأثر واضح للفوز والهزيمة أو للنجاح والفشل ولما يرتبط بكل منهم من نواحي سلوكية معينة، وصورة واضحة مباشرة مثل ما يظهره النشاط الرياضي.
- يتميز النشاط الرياضي بجودته في جمهور غير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كثير من فروع الحياة (عبد الخالق، صفحة 14-15).

3- أهداف النشاط البدني من الناحية الصحية:

أهداف النشاط البدني من الناحية الصحية يكون على الشكل التالي:

إن النشاط البدني اليومي يؤدي إلى تطوير الهيكل العظمي للطفل، حيث أن 80% من آلام الظهر ناتجة عن نقص التمرينات الرياضية، كما أن الدراسات تبين أن التمرين يلعب دورا هام وفعال أكثر من استهلاك الحليب في تطوير الهيكل التنظيمي (هوستن **Houston**)، أمام عند المراهق فالممارسة اليومية للنشاط البدني تساعده على تقوية حجم العضلة والعظم وتلعب دورا هاما في الحد من خطر **Osteoporose** بيل مارتين **Marten Bill** كما أن المراهقين النشطين لديهم هيكل عظمي جيد مقارنة مع غير النشطين (سليس وبتريك **Sallis Patryek** 1994).

- إن النشاط البدني اليومي مع الحمل وكذا الممارسة عند المراهقين يلعب دورا هاما في تطوير الهيكل العظمي والعناية به على مدى الحياة، وبما أن ممارسة النشاط البدني يؤدي إلى ارتفاع الصحة العقلية للطفل ويطور نموه، حيث أن النشاط له علاقة مع تحسين قدرات الذات ويخفف

من القلق (كليفست وتاييلور **Calfast taylor**) له علاقة مع تعيين قدرات الذات ويخفف من القلق (كليفست وتاييلو **1994 Calfast . Taylor**).

- وإذ يعمل النشاط البدني على تخفيف الإضطرابات والقلق ورفع المعنويات للطفل وقوة إدراك قدراته البدنية (دوماركو سيدن **Domarco Syden**).

- كما أن إكثار النشاط البدني يقوم برفع المردود والفعالية ،حيث نلاحظ أن الساعتين التي تلي حصة التمرينات أن للأطفال قدرة كبرى في التركيز والتعلم والإستطاعة في حل المشاكل بفاعلية جيدة(تاييلور **1998**).

- وتعلم الطفل الحركات متعلق بتطوره الذكائي والفكري والحسي والنفسي والبدني من جهة ومن جهة أخرى تعتبر التربية والنشاط البدني عنصر فعال في التطور التام للطفل غيش وبرون وهيسلام **1992** إن الممارسة العادية للنشاط البدني والرياضي لها مفعول إيجابي على سلوك وطريقة عيش الطفل حيث أن المشاركة في النشاطات الابتعاد عن الجرائم.

4- فاعلية النشاط البدني في حياة المراهق:

الحقيقة التي لا شك فيها أن الجسم وحدة متكاملة يرتبط عمل جزء فيه بعمل الأجزاء الأخرى واشد أنواع المعرفة فائدة للمراهق هو ما يتصل بجسمه وخصوصا ما يتعلق بحركته، هناك أسس أخرى تؤثر في جسم المراهق منها التغذية والراحة لكن لو تحرينا الأمر لوجدنا أن الحركة هي أهمها وخصوصا بعد هذا التطور العظيم في نمو الفرد وسيطرته على الآلة وتطويعها لخدمته في قضاء حاجاته أضحي قليل الحركة والمراهق مثل أي إنسان أصبحت حركته محدودة حتى كادت نتهدم خاصة مع انتشار وسائل الترفيه المختلفة ،ولا نعجب إذا رأينا كثير ما يعانون من الأرق والصداع ومن الأمراض الروماتيزمية والعصبية والقلبية وليس مصادفة أن تنتشر فيهم الأمراض النفسية والاضطرابات السلوكية بهذا الشكل المرعب والسبب واضح لا يحتاج إلى إثبات فمعظم المراهقين قليلوا الحركة وإن تحركوا لقضاء حوائجهم

الضرورية اللازمة لحياتهم فإن حركاتهم تكون في أضيق الحدود، وعلى مدى جد قصير، مما يحدث بالضرورة الضرر على أجسادهم وهذا ما يشير إلى ضرورة القيام بالنشاط البدني عند المراهق، حتى يتسنى له أبعاد كل الأمراض والعلل التي غالبا ما تصيب جسده.

ففي لعبة الحركة الجماعية التي يلعبها مع الأفراد في المجموعة، يتعلق فيها التعاون والنظام والطاعة وإنكار الذات في سبيل المجموعة ككل، وفي اللعبة الفردية التي يتنازل فيها زميلا له بتعليم الشجاعة والصبر وحسن التصرف والاعتماد على النفس وتصحيح الخطأ الذي يقع فيها فتزداد مداركه وتقوى شخصيته وتتبلور. (ماسترز، بيرز، صفحة 129-130).

لذلك فإن الحركة بنوعها تؤثر في جسم المراهق بدنيا وعقليا وروحيا وممارسة الرياضة في سن المراهقة، واللعب لا يقل عن المدرسة أهمية في تعليم المراهق في السلوك الحسن والمبادئ القومية فمن ناحية التدريب فقد حددوا لذلك شروطا منها:

- أن تؤدي التمارين حسب تدرج خاص، حيث يبدأ بالسهل منها ثم فالأصعب فالصعب ثم ينتهي بالسهل على أن يراعي في اختيارها قدرة المراهق وسنه، أولى الخطوات في الحركات هي أن يتيح للمراهق اختيار اللعبة التي يميل إليها فلا تفرض عليه لعبة بعينها، بل يجب أن ننظم أوقات التدريب وأن نساعد على أسس لعبته المختارة، وأن نبحث له نقاط الخطأ في لعبة حتى يتداركها ويصححها، والأفضل أن يكون تدريبه على لعبة بإشراف مدرب أخصائي.

. يجب أن يوضع في الاعتبار أن الإصرار على اللعبة في تربية جسم المراهق غير كافي أن لابد أن ندفعه إلى القيام بأداء التمرينات البدنية لأنها الأساس في تقويم الجسم واعتدال القامة وتكوينها، والمراهق أكثر الناس حاجة إلى الحركة، والنشاط الرياضي وسيلة لتقضية أوقات الفراغ مع الأصدقاء بعيدا عن جو الأهل والمنزل. واعتدال القامة وتكوينها، والمراهق أكثر الناس حاجة إلى الحركة، والنشاط الرياضي وسيلة لتقضية أوقات الفراغ مع الأصدقاء بعيدا عن جو الأهل والمنزل. (ماسترز، بيرز، صفحة 13).

فالنشاط البدني زيادة على انه ينمي الفرد المراهق من الناحية الجسمية، له دور آخر، فهو وسيلة لتقضية أو ملء أوقات الفراغ، ووسيلة ناجحة لاستدراك كثير من الأخطاء في سن المراهقة، وكثير ما يكتسب المراهق عن طريقة مهارات جديدة نافعة في الحياة، كما أن الترويح عن نفس المراهق في أداء النشاط الرياضي وسيلة لتجديد الحيوية والتقدم بالصحة وتقوية التوافق العضلي والعصبي، وعلاج العيوب الخلقية الجسمانية الناتجة عن أوضاع جسمه الخاطئة في أعماله اليومية أو المهنية.

المحاضرة الرابعة:

النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي - تصنيف الأنشطة البدنية و

الرياضية (II)

1- تصنيف الأنشطة البدنية و الرياضية:

بعد الرجوع لدراسات وآراء عديدة في تقسيم وتصنيف هذه الأنشطة، ودراسة مناهج التربية البدنية لكثير من الدول، صنفها " الخولي والشافعي " (الخولي، الشافعي، 2005، صفحة 241).

• التمرينات:

ونذكر من بينها تمرينات بأدوات، تمرينات على أدوات، التمرينات الحرة الحديثة، تمرينات العروض الرياضية والتشكيلات، تمرينات بنائية، كرات، أثقال، حبال معلقة، كرات طبية، مقاعد سويدية...

• الجمباز:

وفيها الحركات الأرضية ، الترانبولين، حسان الحلق، المتوازي، عارضة التوازن...

• ألعاب القوى:

المشي، العدو، الجري، التتابع، الحواجز، الموانع، الخماسي، العشاري، الوثب بأنواعه، القفز بالزانة، دفع الجلة، رمي الرمح، قذف القرص والمطرقة...

• التعبير الحركي (الرقص):

الفلكلور والرقص الشعبي والحركات الفرعونية، الرقص التعبيري الحديث والبالى والرقص الكلاسيكي...

• الألعاب:

كرة اليد، كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة، الهوكي...

• الرياضات المائية:

السباحة بأنواعها، الغطس، السباحة التوقيعية والبالى المائي، كرة الماء، التجديف...

• ألعاب المضرب:

التنس، تنس الطاولة، الإسكواش...

• المنازلات:

المصارعة (الرومانية و الحرة)، الملاكمة، الجيدو، التايكواندو، الكاراتيه، الكونغفو السلاح (السيف، سيف المبارزة)...

• الألعاب الصغيرة والتمهيدية:

ألعاب اللمس والمطاردة، التتابعات، ألعاب الكرة، الألعاب الشعبية، الألعاب التمهيدية للألعاب الجماعية.

• الرحلات والتجوال والمعسكرات:

الرحلات (العلاجية، و العلمية، و الترويحية)، التجوال على الأقدام و المعسكرات (التدريبية ، الشاطئية).

• العاب و أنشطة أخرى:

كريكت، بلياردو، كروكيه، الدراجات، الجولف، الرجبي، تسلق الجبال و المرتفعات، رماية السهام، الرماية بالمسدس، المظلات و البولينج.

• أنشطة القدرات الشخصية:

كمال الأجسام، رفع النقال...

2- عوامل اختيار الأنشطة البدنية و الرياضية:

تختلف الأنشطة المختارة كمحتوى لمنهج التربية البدنية المدرسية، ومن مرحلة لأخرى وفق مجموعة من العناصر، كنضج التلاميذ وحاجاتهم، الوقت الممنوح لهم لذلك، مدى توفر الإمكانيات والبيئات المختلفة... وفي ضوء كل ذلك فان العلاقة التي تحكم اختيار الأنشطة البدنية والرياضية في ضوء مراحل التعليم المختلفة تتمثل في العوامل التالية:

• خصائص النمو في كل مرحلة تعليمية ومطالب واحتياجات التلاميذ في ضوء هذه الخصائص.

• ملائمة النشاط البدني الرياضي المختار تبعا لطبيعة الاختلافات بين الذكور والإناث.

• مناسبة هذه الأنشطة المختارة لقدرات التلاميذ والاختلافات الفردية.

• مدى توفر الإمكانيات المادية منها والبشرية.

• فلسفة المجتمع واحتياجاته وظروفه.

طبيعة النشاط الرياضي ووظيفته وارتباطه بالمرحلة التعليمية. واختيار هذه الأنشطة الرياضية المناسبة لكل مرحلة من خلال العوامل السابقة الذكر، يحقق مجموعة من النتائج كأن تتيح فرص التعليم لجميع التلاميذ في حدود القدرات، مع توفير فرص مساعدة لتحسين مستوى التلاميذ الغير قادرين، وتقديم الأنشطة الملائمة للموهوبين. بالإضافة لرفع معدل الأمان

والسلامة المصاحبة لإشتراك التلاميذ لهذه الأنشطة الرياضية، كما أن هذا الاختيار يقدم تسهيلات للمدرس لاختبار وتنفيذ استراتيجيات التدريس المناسبة وهي:

إضفاء التشويق على المواقف التعليمية المختلفة، سهولة وفعالية التعليم، تقديم فرصا أكثر لتوجيه التلاميذ، بالإضافة لتوفير أساس التكافؤ بين المجموعات للإشتراك في المنافسات وتقديم فرصا موضوعية لتقييم آراء التلاميذ. هذا ولنزع الغموض بين النشاط البدني الرياضي وبين التربية البدنية والرياضية، لنا أن نعود لموضوع التربية البدنية فيما يلي:

يعد النشاط البدني الرياضي في صورته التربوية الحديثة ميدانا هاما من ميادين التربية في إعداد الفرد بقدرات تمكنه أن يتكيف مع مجتمعه وأن يشكل حياته العلمية ويساهم في تنمية وطنه ويقول "عباس أحمد السامرائي" في هذا الموضوع "التربية الرياضية مثلها كمثل المواد المنهجية الدراسية الأخرى، تعتبر وسيلة من الوسائل التربوية في المجال الدراسي" (السامرائي، بسطويس، 1984، صفحة 68).

ويقول "محمد عوض بسيوني" و"فيصل ياسين الشاطي": "تؤدي التربية البدنية والرياضية من الجانب التربوي إلى تطوير رغبة التلاميذ في الألعاب الرياضية المختلفة وتربية التلاميذ على الشجاعة والعمل الجماعي، الطاعة، الشعور بالمسؤولية، حب النظام والتعود عليه والتصرف الحضاري وتربية التلاميذ على حب الوطن والتفاني من أجله" (بسيوني، الشاطي، 1992، صفحة 11).

من كل هذا يتضح أن النشاط البدني الرياضي التربوي مظهر من مظاهر التربية ويعتبر وسيلة من أجل إعداد الفرد من كل النواحي المتعلقة بحياته فله أثر كبير في تكوين الصفات الاجتماعية والخلقية والشعورية والبدنية والعقلية للأفراد وإعداد الفرد إعدادا شاملا متكاملًا

كمواطن صالح ينفذ نفسه ومجتمعه ووطنه وهذا هو الهدف المشترك بين التربية البدنية والتربية العامة، وعرفت التربية البدنية والرياضية عناية كبيرة من قبل الأفراد والمجتمعات منذ العصور القديمة ومرت بمراحل وتطورات عديدة كباقي العلوم الأخرى فالإنسان البدائي لم يكن ينظرها بنظرة الإنسان في العصور الوسطى أو العصر الحديث فكل عصر كانت له فلسفة خاصة به تتماشى ومتطلباته في الحياة مما جعله ينظر إلى الأمور بنظرة الخاصة، فنظرة الإنسان البدائي تختلف بطبيعة الحال عن نظرة الإنسان المتقدم وذلك باختلاف طرق العيش ووسائل الحياة ومن ثم كل حضارة كانت تعطي نظرتها وفلسفتها للتربية البدنية والرياضية حيث تطورت هذه الأخيرة مع تطور المجتمعات والأجيال حيث أصبحت في عصرنا الحالي علما قائما بذاته له فلسفته الخاصة به وأسس وقواعد يسير عليها.

وأهداف وأغراض يرمي إليها والسبب في كل هذه العناية التي أولها العلماء والفلاسفة للتربية البدنية والرياضية هو مساهمة هذه الأخيرة وأثرها في التربية العامة حيث يرى البعض أنها جزء من التربية العامة ولا يمكن التخلي عنها، فلها آثار بالغة في الإعداد الكلي للفرد من الناحية البدنية والعقلية والنفسية وحتى الخلقية.

3. مفهوم التربية البدنية والرياضية:

إن التربية والرياضية بكل معانيها الحقيقية، تعتبر مادة بالغة الأهمية في تربية الأجيال من النواحي العقلية، الخلفية والجسمية وذلك قصد إثارة انفعالاته وتحريك عواطفه لمحبة القيم الإنسانية السامية، والتشبث بالمثل العليا للوطن.

لقد تعددت مفاهيم وأغراض ومهام التربية البدنية والرياضية تبعا لطبيعة أهداف وفلسفة المجتمع ولقد تحددت سياستها وبرامجها لتحقيق هذه الأهداف بما يتماشى مع هذه الفلسفة.

إن تعريف التربية البدنية والرياضية في الاتحاد السوفياتي سابقا" بأنها عملية توجيه للنمو البدني والقوام الإنسان باستخدام التمرينات البدنية، والتدابير الصحية وبعض الأساليب الأخرى لغرض اكتساب الصفات البدنية والمعرفية والمهارات والخبرات التي تحقق متطلبات المجتمع أو حاجات الإنسان التربوية" (بسيوني، الشاطي، 1992، صفحة 17).

وتعرف التربية البدنية والرياضية في الولايات المتحدة الأمريكية " إن التربية البدنية والرياضية هي جزء متكامل من التربية العامة، وميثاق تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني" (بسيوني، صفحة 18).

ويرى كوازييس ونيكس " إن التربية البدنية والرياضية هي جزء من التربية العامة التي تختص بالأنشطة القوية حيث تتضمن عمل الجهاز العضلي، وما ينتج من جراء الاشتراك في هذه الأوجه المختلفة من النشاط والتعلم" (بسوطي، السمرائي، 1984، صفحة 80).

ويرى فايز مهنا "أن التربية البدنية والرياضية هي جزء، بل فن من فنون التربية العامة التي تهدف إلى إعداد المواطن الصالح جسديا وعقليا وخلقيا والمقصود بالمواطن الصالح هو الشخص النامي في قواه العقلية والبدنية والخلقية والاجتماعية والقادر على الإنتاج والقيام بواجبه نحو مجتمعه ووطنه" (مهنا، 1987، صفحة 45).

أما قاسم حسن والآخرون: " إن التربية البدنية والرياضية عن تربية عن طريق السعي للوصول إلى أهداف التربية العامة وذلك باستعمال البدن" (حسين وآخرون، 1976، صفحة 12).

والتربية البدنية والرياضية شكل من أشكال التربية على أساس إتمام عملية التربية عن طريق البدن كما أنها نظرية لوحدة الفرد- " والتي فحواها أن الفرد ذات أبعاد أربعة رئيسية

بدني، عقلي ، نفسي ، اجتماعي ولا يمكن تنمية بعد بعيدا عن البعد الآخر فكل منهم يؤثر في الآخر ولا يمكن الفصل بين هذه الأبعاد الاربعة الرئيسية وهذه النظرية الحديثة في التربية عموما" (ماكوف، 1980، صفحة 20).

ومن هنا يمكننا استخلاص التعريف التالي:

هي مجموعة من أنشطة منظمة على أشكال مختلفة بحيث تهدف جميعها إلى تكوين المواطن الصالح تربويا-صحيا-نفسيا-اجتماعيا ويمكن تمثيل بلده في المحافل الدولية.

4. المفاهيم والمصطلحات المرتبطة بمفهوم التربية البدنية والرياضية:

إن مفهوم التربية البدنية والرياضية قد مر خلال مرحلة تطوره بالعديد من المفاهيم التي ما زالت سائدة إلى يومنا هذا وقد تختلف باختلاف مضمونها وأهدافها عن مفهوم وهدف ومهام التربية البدنية وسوف نتعرض لهذه المفاهيم لكي نبين للقارئ محتوى هذه المصطلحات التي تختلف عن مصطلح التربية البدنية حتى تكون هناك رؤية واضحة.

1.4. التعليم البدني: هو عملية اكتساب الإنسان للمعارف والخبرات والمهارات الحركية كتعليم السباحة ، ركوب الدرجات وكذلك القدرة على توجيه حركة الجسم والتحكم في حركته بالنسبة لزمان والمكان" (حمدان وآخرون، 1993، صفحة 23).

2-4 البناء البدني: هو عملية تغيير في شكل ووظائف الجسم خلال عملية النمو أو بعدها وهو كمفهوم ضيق يعنى تطور الجسم ويقاس ذلك عن طريق القياسات الانتروبومترية المختلفة كالطول وقياس الوزن وحالة العمود الفقري وقياس القامة...الخ وبالبناء بالمفهوم الواسع في الجانب الرياضي هو إكساب لعناصر اللياقة (البدنية-كالسرعة-القوة-التحمل....الخ).

3-4. الإعداد البدني: هو أحد واجبات التربية البدنية والرياضية والتي تركز عليه من اجل تكوين الخبرات الحركية لذى الرياضي وهو ينقسم إلى قسمين:

- الإعدادي البدني العام.
- والإعداد البدني الخاص.

4-4. اللياقة البدنية: هي كذلك من المهام الرئيسية لتربية البدنية والرياضية وتعتبر احد ووجوه اللياقة الكاملة لدى الرياضي وهي تتكون من:

- أ- اللياقة الثابتة أو الطبية: وتعنى سلامة وصحة أعضاء الجسم الداخلية مثل القلب والرئتين.
- ب- اللياقة المتحركة أو الوظيفية: وتعنى درجة كفاية الجسم للقيام بوظيفته تحت ضغط الأعباء المجهدة.

ج- اللياقة المهارية: وهي تشير إلى التوافق والقدرة في أداء أوجه النشاطات المختلفة.

4-5. الثقافة البدنية: إن الثقافة البدنية هي أحد أوجه الثقافة العامة وهي تشمل كل ما له صلة التربية البدنية والرياضية وذلك من المعارف والقيم...الخ واستخدام هذا المصطلح في أواخر القرن التاسع عشر وذلك يتماشى مع المصطلحات السائدة في ذلك العصر منها الثقافة الاجتماعية والفكرية...الخ وعند اطلاقنا على بعض المراجع لوحظ أن مازال لحد الآن وفي كثير من الدول نستخدم هذا المصطلح مثل ألمانيا والدول الاشتراكية سابقا.

إكساب لعناصر اللياقة (البدنية-كالسرعة-القوة-التحمل....الخ).

4-6. التمرينات البدنية: إن هذا المصطلح في حد ذاته يعبر عن مفهومين :

- الأول: يستخدم كمصطلح خاص وكنشاط حركي منظم مثل رمى الجلة
- الوثب العريض...الخ

الثاني: كأسلوب تطبيقي ومحتواه متضمن عدد التكرارات لنشاط محدد بعض تلقين مهارة حركية معينة أو تطوير صفة معينة مثل : القوة -السرعة كما يخضع هذا التكرار إلى قاعدة عملية.

4-7. الألعاب الرياضية: ويقصد من هذا المصطلح هو تلك الألعاب أو الرياضات التي يشترك فيها عادة طلاب الجامعات وتلاميذ المدارس خلال التجمعات الرياضية والمهرجانات، والكثير من الناس يخلطون بين الألعاب الرياضية والتربية البدنية ويعتبرونهما مفهوم واحد وإنما الألعاب الرياضية ما هي لا جزء من التربية البدنية الشاملة، وينتشر هذا الخلط في المفهوم بين عامة.

المحاضرة الخامسة

تحت عنوان: التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية الديمقراطية

الشعبية- القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية (I)

1. التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية:

يؤكد قانون التربية البدنية والرياضية أن الشباب هو رأس مال للأمة وعند رسم أي سياسة شاملة تخصه لا يمكن تجاهل التربية البدنية والرياضية بصفقتها عاملا مهما في تجنيد هذا الشباب وتنشيطه بحيث إنها تشكل القيم التربوية والخلقية والمدنية التي تحت إليها هذه السياسة. إلا أن السياسة الوطنية في المجال الرياضي تعدى بكثرة هذه الأطر التربوية من حيث أنها مرسومة لجميع مراحل السنية والمهنية ولا يمكن أن تتطور إلا بفضل تنظيم الحركة الرياضية الوطنية تجمل مجمل الأشخاص وقدراتهم الطبيعية والمعنوية.

وتعرف التربية البدنية والرياضية بالجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية على أساس إنها "نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل وتخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية إلى بلوغها ورامية إلى الرفع من شان تكوين الإنسان والمواطن والعمل بما لدينا من مزايا" (وزارة الشباب والرياضة، 1976، صفحة 65).

ومن خلال تنظيم التربية البدنية والرياضية ينتظر منها أن تؤدي ثلاث مهام رئيسية وهي:

● **من الناحية البدنية:** تحسين قدرات الممارسين الفسيولوجية والنفسية المحركة وذلك من خلال التحكم أكبر في البدن وتكيفيه سيرته مع البيئة وذلك بتسهيل تحويلها بواسطة تدخل الناجح ومنظم تنظيميا عقلائيا.

● **من الناحية الاقتصادية:** إن تحسين صحة الفرد وما يكسبه من استقرار نفسي يزيد من قدراته على مقاومة التعب وإذ يمكنه من استعمال قوته في العمل استعمالا محكما فانه بدون شك يؤدي إلى زيادة المرودية الفردية والجماعية في عالم الشغل الفكري واليدوي.

● **من الناحية الاجتماعية والثقافية:** إن ما يكتسبه الفرد من جراء ممارسة التربية البدنية والرياضية من قيم ثقافية وخلقية تجعله يواجه كل الأعمال اليومية وتساهم في تعزيز الوئام المدني مدخرة الظروف الملائمة للفرد ذكي يتعدى ذاته في العمل وتسعى لتنمية روح الاتصال والتعاون والمسؤولية والشعور بالوجبات المدنية كما تسعى كذلك لتخفيف التوترات التي تشكل مصدر الخلافات بين الأفراد والمجموعة الواحدة أو بين المجموعات التي تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة.

إضافة إلى ذلك فان التربية البدنية والرياضية توفر لشباب والكبار فرصة الاستخدام أوقات فراغهم فيما يقيد الفرد بنفسه ومجتمعه ووطنه.

إن ديمقراطية ممارسة التربية البدنية والرياضية وسيلة من الوسائل التي بشأنها تساهم في تحرير المرأة وترقيتها كما أنها عامل لتجنيد أفراد المجتمع ذكرا وأنتي لدفاع عن مكتسباته. وتعد التربية البدنية والرياضية عاملا لأقسام والسلام في العالم وذلك بتدعيمها للتضامن والتفاهم والتعاون على المستوى الدولي.

ترتكز الحركة الرياضية الوطنية في الجزائر على المبادئ التالية:

- الديمقراطية
- التخطيط
- الشمولية
- اللامركزية.

2. الممارسة البدنية والرياضية في الجزائر قبل الإستعمار:

حسب « P.A و H.Loht » فإن هناك دراسات قام بها علماء الآثار والحفريات ووجدوا بأن هناك ثقافة بدنية في الجزائر يرجع تاريخها إلى الأزمنة الغابرة إلى ما قبل التاريخ حيث وجدت رسوم وتمائيل للصيد والركض والقفز والرقص في مناطق الطاسيلي بالجنوب وأبي زار بالقبائل مما يدعونا إلى الظن بأن في تلك الفترة كانت هناك عدة دول من العالم تمارس التمارين البدنية وكانت تشكل جزءا من حياتها اليومية ولون من ألوان المعيشة والعادات بالجزائر في ذلك الزمن.

وبعد إحتلال الفنقيين للجزائر واستلائهم على سواحلها ألف سنة قبل المسيح عليه السلام.

واحتلت إفريقيا الشمالية من طرف الرومان في القرن الثالث قبل المسيح وتركوا معالم أثرية مازالت شاهدة على تلك الحقبة الزمنية إلى يومنا هذا "تمقاد-تيازة-جميلة..." تحتوي على مرافق للسرك وقاعات للرياضة ومدرجات وحمامات معدنية...في هذه الأماكن، حيث كانت تقام الاستعراضات والألعاب والاستعدادات للحرب وكذلك حمامات للوقاية والنظافة الجسدية والتدليك.

أما بالنسبة للجزائريين الذين خاضوا معارك ضارية ضد المحتل بقيادة "ماسينسا" و"يوغرطة" تجعلنا نظن بأن إعدادهم البدني والحركي كان موازي لإعداد الرومان وغيرهم من الشعوب.

جاء الوندال والبيزنطيون واحتلوا بدورهم "نوميديا" في القرن الخامس بعد الميلاد وتخلصوا بذلك من الإحتلال الروماني لكن تواجدهم بالمنطقة لم يدوم طويلا ولا يوجد لهم آثار واضحة في الجزائر وبالمقابل لقد شهدت المنطقة هذه عدة انتفاضات شعبية ضد المحتل باختلاف ألوانه مما يدعونا إلى الشك بأن الجزائريين كانوا معدين بدنيا وحربيا بصفة جيدة.

في القرن الثامن دخل العرب المسلمون إلى إفريقيا الشمالية وخاصة الجزائر، كانت هناك مقاومة من طرف السكان الأصليين (الأمزيغ) وأشهر المقاومات تلك التي تزعمتها "الكاهنة" لكن العرب خير وحق أرادوا تبليغ رسالة سماوية وإدخال الناس في دين الله أفواجا فسرعان ما دخل سكان المنطقة في هذا الدين الجديد وعززوه ونصروه وأيدوه ووجدوا فيه الخير الكثير من العلوم والفنون والثقافة وحتى التربية البدنية والرياضية حيث يقول العلامة "إبن سينا" في كتابه "مدفع العلوم الطبية" بأن لتمارين البدنية والراحة هما شرطان أساسيان لصحة الإنسان. (Hamdi، 1987- P40).

ويضيف «E.Cat» في كتابه (الحكاية الصغيرة للجزائر قبل 1830) بأن الفارس الجزائري كانت له هيئة جسمانية وبدنية جد جميلة وأنه كان يتحلى بالمطولة والشجاعة وأن سكان الجزائر كانوا يمارسون عدة ألعاب من بينها (الكرة، تمارين المجازفة البدنية، الرقص، المبارزة، المصارعة، وسباقات الخيل وغيرها...) وذكر كذلك بالأسطول البحري الجزائري الذي سيطر على مياه البحر الأبيض المتوسط في القرن 17-18 وكانت له سمعة دولية بفضل مهارة وشجاعة طاقمه البحري وإعداده الجيد.

ولا يفوتنا بأن نذكر بالدور الذي لعبه الدين الإسلامي في تحرير الطاقات والممارسات البدنية على عكس الديانات الأخرى ومنها المسيحية التي حرمت هذه الأشياء أما الإسلام فقد حث المسلمين على الإعتناء بأبدانهم (إن لبدنك عليك حقا) والنظافة (النظافة من الإيمان) والممارسة البدنية (علموا أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل) وكذلك القوة (المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف) بالإضافة إلى الإعداد لمواجهة العدو والقيام بغزوات لنشر تعاليم الإسلام (وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة ومن رباط الخيل....)

ويمكن أن نلخص النشاطات البدنية في الجزائر قبل الإحتلال الفرنسي فيما يلي:

1- عاشت الجزائر لعدة قرون في توازن دائم بسبب المحتل والحروب الداخلية مما إستلزم من مواطني المنطقة الإعداد المتواصل للمواجهة بدنيا وعسكريا واستعملت فيها التمارين البدنية وسباقات الخيل والرماية بأنواعها والمبارزة بالسيوف وبدونها لتكوين الجيوش.

2- مثل ما يذكر "حامدي محمد" بعض أنواع النشاطات البدنية تجلت في الحفلات مثل الرقص وسباق الخيل والرمانية بأنواعها فظهرت منافسات شعبية أثرت على النمط المعيشي لتلك الفترة.

3- النظافة الجسدية: كانت تشكل لون من ألوان المعيشة للشعب والحمامات المعدنية مازالت شاهدا على ذلك إلى يومنا هذا.

4- فيما يخص التربية البدنية للشباب ورغم النقص الكبير في المراجع لهذا الشأن نفترض بأن هناك نوع من التلقائية في الممارسة هذه حيث أن الطلب للدفاع عن القبيلة وعن النفس يستلزم نشاط بدني مكثف لكن الفرق والوسائل المستعملة في ذلك، المؤدية إلى الحقيقة تبقى مجهولة بالنسبة للجزائر ولبقية دول العالم الا أن الشيء الذي يجب ذكره هو أن الشعب الجزائري كان يتلقى تكوين للحياة في الجو الفسيح يزاول النشاط البدني الذي يمكنه مستقبلا بأن يكون رجل كامل الهيئة الجسمانية.

3. الممارسة البدنية والرياضية أثناء الإستعمار الفرنسي (1830-1962):

هذه المرحلة تميزت بالتدمير الشامل لكل الهياكل الإجتماعية والإقتصادية من طرف المحتل مما يتسبب في إنهيار تام وشامل للمستوى المعيشي بالجزائر وأثر على التنظيم الإجتماعي والعائلي وعلى عدة أجيال وعلى العباد والطبيعة والثقافة.

لا نتطرق إلى هذه العوامل فالمطلوب منا التطرق إلى التربية البدنية التي كان حظها مثل بقية أجزاء الثقافة الجزائرية بحيث محيت وطمست ماعدا بعض التمارين التي بقيت تمارس في قطاع الفلكلور وبعض الألعاب والرقصات خلال الأعياد والحفلات بين الأسر والقرى ولا يفوتنا أن نذكر بأن الإستعمار الفرنسي قد إستولى على الأراضي وعلى القطيع والخيول وغيرها

ومنع الجزائريين من حمل السلاح والخناجر التي كانت تمثل بالنسبة للجزائريين رمز للشرف والإفتخار وجعل هناك قوانين لتنتقل الأشخاص والممتلكات وحد منها أما الحمامات التي كانت أماكن للوقاية والنظافة أصبحت ثكنات وأماكن للتعذيب ناهيك عن تهديم المساجد وطمسها والتقتيل الجماعي والنهب والتبشير ومحاولة إخماد الانتفاضات الشعبية في بداية القرن العشرين حيث كانت أوروبا تشهد تطورا كبيرا في مجال التربية البدنية والرياضية وظهور مدارس خاصة بها، تكوين وإنشاء الفيدراليات الدولية وبعث الألعاب الأولمبية الحديثة، ظهرت في الجزائر بعض النشاطات البدنية الحديثة مثل المبارزة بالسيف، الجمباز، الملاكمة، الدرجات... الخ. وكانت مقتصرة على الأوربيين (قانون 1901) وفي سنة 1911 أجبر الجزائريون على الخدمة العسكرية وفيها تلقوا أول مبادئ للجمباز "MOROS.A" الأسس الحربية "HEBAT" وبانتهاء الحرب العالمية الأولى وبداية العشرينات ظهر هناك وعي قومي نتيجة لهذا كان تكوين الجندي الرياضي المسلم وصادف ذلك الحرب العالمية الأولى التي زج لعدة عوامل نذكر منها:

- مشاركة الجزائريين في الحرب العالمية الأولى واختلاطهم مع بقية شعوب العالم.
- وعود فرنسا والحلفاء للعرب بالاستقلال في حالة مشاركتهم معها في الحرب.
- ثورة أكتوبر البلشوفية في الاتحاد السوفيتي.
- الوضعية الاقتصادية والاجتماعية المأسوية في سنوات 1919-1920 (جفاف-بطالة- فقر-حرمان) كل هذه العوامل وغيرها أدت إلى احتجاج الجزائريين ومطالبتهم بالتغيير الاجتماعي والسياسي والثقافي مما نتج عنه في الجانب الرياضي إنشاء النوادي الإسلامية في كرة القدم، ألعاب القوى، الملاكمة وغيرها. (loi du 1^{er} juillet، 1901)
- لما كان لإنشاء الكشافة ممن طرف " BADEN- POEL " في بداية القرن العشرين أثره الإيجابي لدى الشعب الجزائري حيث قام (محمد بوراس) بإنشاء الكشافة الإسلامية الجزائرية وأهدافها:

تكوين الفرد بدنيا وأخلاقيا وتلقيه المثل الوطنية وحب الوطن والتطلع للحرية والاستقلال مع قدوم الحرب العالمية الثانية تكاثر عدد النوادي الإسلامية وعدد الممارسين الجزائريين وظهر هنا نوع من التلاحم بين الفرنسيين والجزائريين في شكل نوادي فرنسية إسلامية لكن حوادث 08 ماي 1945 أحدثت القطيعة وأصبحت الرياضة والتربية البدنية وسيلة للإعلام وتوعية الضمير من أجل الاستقلال وأصبحت النوادي الرياضية مراكز لنشاطات الحركة الوطنية الجزائرية.

ومع انطلاق الحرب التحريرية توقفت كل النشاطات البدنية والرياضية خشية أن تتعرض الجماهير الشعبية الجزائرية للتمثيل الجماعي بحجة من الحجج.

والتحق الرياضيون بصفوف جبهة التحرير الوطني وجيشه وفي سنة 1956 أنشأ بتونس فريق جبهة التحرير الوطني (كرة القدم) وأولت له مهام توعية الرأي العام العالمي بالقضية الجزائرية.

ويمكن القول بأن فترة الإحتلال الفرنسي تميزت بالركود التام لنشاطات التربية البدنية والرياضية وللتفرقة بين الممارسين حيث كانت بعض المنافسات مقتصرة على الأوروبيين دون غيرهم والجزء القليل من الجزائريين كان يقتصر نشاطهم على الرياضيات الصعبة مثل الملاكمة وغيرها.

بالنسبة التربية البدنية في المدارس لم يكن عدد الجزائريين المتمدرسين غداة الاستقلال إلا 10% وهذا عدد قليل وضئيل لا يمكن أن نقول بأن الجزائريين كانوا يمارسون هذه المادة في المدارس قبل الاستقلال.

وكانت تعتبر الحركة الرياضية الوطنية الواجهة السياسية للإيديولوجية السياسية الاستعمارية.

والتربية البدنية والرياضية لم تكن أحد الوسائل التربوية والثقافية ولكن أحد الممولين للرياضة الفرنسية ولنواديها فالرياضة كانت مغايرة لأغراضها وأهدافها النبيلة وبالتالي مهمة وتقتصر على الترفية والتسلية للأوربيين وسواهم. (A et autre, 1979, P 51).

. (Benouarala

4. الحركة الرياضية الوطنية بعد الاستقلال:

في جويلية 1962 لم يكن يوجد في الجزائر الفرع الأكاديمي للتربية البدنية والرياضية تحت إشراف المديرية العامة للتربية الوطنية ومسيرة من طرف مفتش عام وهذا الأخير لا يهتم إلا بالرياضة المدرسة والامتحانات.

وبعد الاستقلال عمدت الدولة إلى تنظيم هذا الفرع العام من أجل الصحة والتوازن الفكري والأخلاقي للشباب فأنشأت وزارة الرياضة والسياحة التي كانت لها المهام التالية:

- الإشراف على التربية البدنية والرياضية المدرسية والجماعية.

- التكوين والإشراف العلمي لمعلمي التربية البدنية والرياضية وتنظيم المنافسات الرياضية.

وكان دور الجزائر يتمثل في إخراج الرياضة والتربية البدنية من التهميش الذي أصابها وكانت من الاهتمامات الأساسية لوزارة الشباب والرياضة ولوزارة التربية الوطنية حيث أوكلت لها مهام البرمجة والإشراف على النشاطات الرياضية داخل المؤسسات التربوية القاعدية لوزارة التربية والتعبئة الجماهيرية.

وعلى المستوى المدرسي بذلت جهودا جبارة لإدماج التربية البدنية والتكوين المدرسي عبر مختلف المستويات التعليمية من المدرسة إلى الجامعة مما استدعى النصوص القانونية التالية:

- المادة 35-76 المؤرخة في 16 أبريل 1976 والمتضمنة تنظيم التربية والتكوين: هذه المادة نص على أن كل جزائري له الحق في التربية والتكوين وبأنها إجبارية (المادة 5) ومجانية (المادة 7) كما لعب القطاع المدرسي دورا هام وحيوي في بعث الحركة الرياضية الوطنية.

في سنة 1978 أوكلت التربية البدنية والرياضية وبدأت العملية من سنة 1978 إلى سنة 1987 و لم تكن توجد إلا المعاهد الجهوية للتربية البدنية والرياضية ب (سرا يدي) و(الشلف) الذين أوكلت لها تكوين إطارات التربية البدنية والرياضية (قدرة استيعاب المعهدين للطلبة 260 بدلا من 1340 سنويا) مما أعطى فراغا كبيرا بالنسبة لأساتذة التعليم الثانوي والتقني في مادة التربية البدنية مما استدعى فتح فروع لتكوين الأساتذة المساعدين (P. A) لسد هذا الفراغ عام 1981 وفي سنة 1982 وزارة التعليم العالي أعطت الإشارة بتكوين أول دفعات أساتذة التربية البدنية بفتح معاهد التربية البدنية بالجزائر وسطيف ثم تحولت إلى مستغانم وكذلك تم فتح معهد قسنطينة والمسيلة وسوق أهراس والمهام التي أوكلت لهم هي:

1- ملء الفراغ بالأساتذة في التربية البدنية للتعليم الثانوي والتقني

2- ضمان تعليم مقياس التربية الرياضية في معاهد التعليم. (لحمر، 1993، صفحة

59).

5- التوجهات السياسية والتربوية والرياضية من خلال النصوص التشريعية:

• الميثاق الوطني لسنة 1976:

" على الجزائر أن تنتهج سياسة جديدة وجريئة في ميدان الرياضة حتى تتوفر للشبيبة الجزائرية كل الإمكانيات التي تساعد على ازدهار الطاقات البدنية والمعنوية إن أمراضا مثل

سوء التغذية التي فرضها الاستعمار الفرنسي على مجتمعنا، تفرض بذل جهد خاص للصحة وتطور شبيبتنا."

إن التربية البدنية للشبيبة وللشعب بصفة عامة، تعتبر شرطا ضروريا لصيانة الصحة وتعزيز القدرة على العمل ورفع مستوى القدرة الدفاعية على الأمة في نهاية الأمر، وبهذا الصدد فإن من مبادئنا اعتبار التربية الرياضية منفعة لا تقل ضرورة عن تعليم واحد الحقوق التي يتعين على الدولة أن تؤمنها للمواطن والشباب منهم خاصة، والثورة الجزائرية تتبنى هذا المبدأ كلية. وسوف تنفذه تدريجيا حسبما تسمح به إمكانيات البلاد.

إن الرياضة فصلا على المزايا التي توفرها للفرد تسير وتطور خصالا معنوية هامة مثل: الروح الجماعية، الأخوة، حب التضامن، التعود على العلاقات الإجتماعية .. وبهذه الكيفية لا تعتبر الرياضة مجرد تسلية بل أنها تتأكد في نطاق مفاهيم العصر بوضعها أحد الفروع الأساسية لكل سياسة تتناول تكوين الإنسان".

لهذه الأسباب كلها يصبح تنظيم النشاطات الرياضية جزء أساسي من العمل على تكوين الشبيبة وصيانة صحتها، ومن أجل هذا فإن المؤسسات التعليمية كلها ستتضمن المنشآت التي تعطي قطاعات واسعة من الأنشطة الرياضية. في الوقت الذي تزود فيه المدن والقرى بمركبات رياضية تتناسب مع أهمية المدينة أو القرية كما أن المؤسسات الاقتصادية والاجتماعية تشجع على تطوير النشاطات الرياضية. في نطاق تنمية الأنشطة الإجتماعية وتنظيم وسائل التسلية لمستخدميها.

وسوف يبذل جهد خاص لتكوين مدربي وأساتذة التربية البدنية، حتى يتم تزويد كل أصناف النشاطات الرياضية بالتأطير الذي تحتاجه وبهذه الكيفية تندمج شبيبتنا ضمن شبكة

رياضية حقيقية تشمل كامل البلاد وتتخذ الرياضة طابع نشاط جماهيري مفيد. (الميثاق الوطني: لسنة 1976، صفحة 285).

إذ أنها ليست فقط تدخل ضمن السياسة الاجتماعية للثورة وللعمل الرامي إلى صهر إنسان جديد في مجتمعنا بل هي زيادة على ذلك تساهم في تحقيق تعزيز واستثمار أفضل لأحسن رأس مال تملكه الأمة: شبيبته ومواطنيه، إن المجهود الضخم الذي تقوم به الثورة في مجال التكوين على جميع المستويات وفي مجال الصحة يجد في ذلك تكملته الطبيعية التي تمنح للعناية بالبدن وصيانتته نفس الأهمية لازدهار الفكر. (حمر، صفحة 60).

• قانون التربية البدنية والرياضية لسنة 1976:

يتجه القانون نحو 06 محاور أساسية وهي:

- القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية
- تعليم التربية البدنية وتكوين الإطارات.
- تنظيم الحركة الرياضية الوطنية.
- التجهيزات والعتاد الرياضي.
- حماية ممارسة الرياضة.
- الشروط المالية.

المحاضرة السادسة

تحت عنوان: التربية البدنية والرياضية في الجمهورية الجزائرية الديمقراطية

الشعبية- القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية (II)

وفيما يلي نتناول بعض النقاط الخاصة لغرض دراستنا:

1-القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية:

ويحتوي هذا القانون تعريف للتربية البدنية متوخى من إيديولوجية الدولة والتربية البدنية عامل إدماج وتكوين وتربية في الجهاز التربوي الشامل وهي حق واجب لكل المواطنين، تنظم نشاطات التربية البدنية في جميع القطاعات الوطنية منها الإنتاجية والتربوية. وحتى العسكرية وعلى كل الأشخاص المساهمة فيها وتقديم يد المساعدة لها فمنها نلاحظ الإدارة الكبيرة في جعل ممارسة أوجه النشاطات البدنية ديمقراطية مهما كان الجنس أو السن.

2. تعليم التربية وتكوين الإطارات:

التربية البدنية مادة تعليمية في قطاع التكوين (المنظومة التربوية) وإلزامية في الامتحانات والمسابقات، أما المحتوى البرامج والمدة الزمنية للتعليم والتكوين تحدد من طرف وزارة الرياضة والوزارات الأخرى المعنية بهذا الأمر.

أما تكوين الإطارات فيشمل خمس مراحل:

- تكوين متعدد الجوانب بعيد المدى لأساتذة التربية البدنية (P. E .S) أساتذة مساعدين

(P. A) وأساتذة التعليم الأساسي (P. E. F)

- تكوين متخصص بعيد المدى في فرع رياضي معين (مستشارين، تقنيين سامين)

- تكوين مختص قريب المدى (تقنيين).

- تكوين إطارات شبة رياضية (أعوان الطب الرياضي، التسيير، الصيانة، الإعلام).

- التكوين المستمر: الرسالة والتطوير المستمر للإطارات الرياضية وكل تكوين من هذا القبيل يكافئ شهادة بعد التخرج، كما تعمل الدولة على توفير الإطارات الكفؤة اللازمة للتربية البدنية والرياضية بهدف تنشئة وتطوير وتوسيع الممارسة هذه بين أوساط الشعب وهذا بإنشاء المعاهد والمدارس العليا لتكوين المكونين وإعطائهم أحدث الوسائل والتقنيات العلمية والمعرفية والتطبيقية.

ب- تنظيم الحركة الرياضية والوطنية:

الهرم التصاعدي للرياضة الوطنية.

3. التجهيزات والعتاد والوسائل الرياضية (قانون 76-81)

المادة 64: تسهر الدولة بمشاركة الجماعات المحلية من أجل تشجيع وترقية وتنمية الممارسة البدنية على تهيئة المنشآت الرياضية المتنوعة وتكييفها مع متطلبات أشكال الممارسة البدنية وذلك طبقا للمخطط الوطني للتنمية.

المادة 65: يجب أن تحتوي المناطق السكنية ومؤسسات التربية والتعليم والتكوين على المنشآت الرياضية ومساحات اللعب طبقا للمواصفات التقنية والأمنية ويمكن أيضا لكل مجموعة إقتصادية وإدارية إنجاز منشآت رياضية على نفس المنوال وبنفس الشروط.

المادة 67 : يهدف تكييف مختلف أشكال الممارسة الرياضية وتطوير شبكة المنشآت الرياضية الوطنية ويمكن للأشخاص الطبيعيين المعنويين من القانون العام والخاص في إطار المخطط الوطني للتنمية والتشريع الساري به العمل وبعد استطلاع الآراء التقنية والأمنية إنجاز واستغلال المنشآت الرياضية والترفيهية، وتحدد عن طريق تنظيم شروط إنشاء واستغلال المنشآت الرياضية المشار إليها في الفقرة السابقة.

المادة 68: تحت الدولة وتشجع أحداث صناعة التجهيزات والعتاد الرياضي ضمانا لترقية الممارسة البدنية والرياضية وتطويرها.

4- حماية ممارسة الرياضة:

الإطار القانوني لممارسة الرياضة وحماية الممارسين.

5. الشروط المالية:

التمويل وتلعب الدولة في ذلك دور أساس في التمويل والتدعيم المالي.

إن قانون 76-81 لـ 23 أكتوبر 1976 شامل ومفيد للحركة الرياضية الوطنية وللتربية البدنية والرياضية المدرسية التي يجعل منها نواة كل عمل رياضي في الوطن حيث أولى لها أهمية قصوى وأمدتها بالجانب القانوني والتشريعي ولبقائها أيدها ماديا ومعنويا.

وكرس عدة فقرات تشيد بالتربية البدنية المدرسية وضرورة الاهتمام والعناية بها وتوفير الوسائل البشرية والمادية والضرورية لتطبيقها.

6. أهداف المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية:

المادة 03:

- تفتح شخصية المواطن بدنيا وفكريا.
- تربية الشباب.
- المحافظة و تطوير الكفاءات المنتجة لدى العمال.
- تجنيد المواطنين وتدعيم الكفاءات الدفاعية.
- إثراء الثقافة الوطنية بإنتاج القيم الثقافية والمعنوية.

- تحقيق مثل التقارب، التضامن، الصداقة والسلم بين الشعوب.

- التحسين المستمر لمستوى النخبة قصد ضمان التمثيل المشرف لبلاد على الساحة الرياضية الدولية.

* الممارسة التربوية الجهوية:

المادة 08: تعد الممارسة التربوية الجماهيرية جزءا مكمل للبرامج على مستوى مؤسسات التربية والتكوين وتدرس على شكل تعليم مناسب وتحدد كفاءات الإغفاء وشروط الممارسة عن طريق التنظيم.

المادة 12: تنظيم الممارسة التنافسية الجماهيرية في الوسط المدرسي والجامعي في إطار جمعية رياضية تنشأ على مستوى كل مؤسسة.

ملاحظة: حسب قانون 76 المتعلق بالتربية البدنية والرياضية هناك تكفل تام للدولة بقطاع الرياضة وتشجيع الممارسة البدنية والرياضية في إطار النظام التربوي الشامل جهاز تربوي صناعي وحتى عسكري. ووضع المواد القانونية لإنشاء المنشآت والتجهيزات الرياضية وإمدادها بالوسائل والعتاد اللازمين وتكوين الإطارات والمكونين في ها القطاع الجد حساس.

ونظرا للنقص الكبير في الأساتذة بالثانوي شرع في تكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية ابتداء من سنة 1986 وكانت مهام هذه المعاهدة هي:

- ملء الفراغ من الأساتذة في التربية البدنية.

- ضمان تعليم مقياس التربية البدنية.

- ضمان تعليم مقياس التربية البدنية في معاهد التعليم.

ولضمان الإستراتيجية في مجال التربية البدنية والرياضية شرع سنة 1976 قانون التربية البدنية والرياضية ويتمحور هذا الأخير حول ستة محاور. (لحمر ، 1993، صفحة 74).

7- قانون تنظيم المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية: (قانون 03 / 89 بتاريخ 14 فيفري 1989)

اتضح لنا بأن الدولة تخلت عن تمويل الرياضة بجزء كبير وأصبحت تشرف على تسيير المنافسات فقط، كما أن روح قان 76-81 بقيت مرسومة في قانون 03/89 ولم يطرأ عليها تحول جديد أما بالنسبة للرياضة المدرسية يقر هذا القانون بضرورة وجودها وتدعيمها ماديا ومعنويا ونشرها بين الأوساط الإجتماعية.

فيما يخص المنشآت الرياضية فإن القانون أكد على ضرورة الإستثمار في هذا الجانب من طرف الدولة والخواص وعدم الإعتماد كلياً على الدولة كما أكد على ضرورة تكوين الإطارات والإطارات شبه رياضية وتدعيم البحث العلمي.

أما أوجه الشبه والإختلاف بين قام 81/76 و 03/89 هو أن المادة الأساسية بقيت لكل بالمقابل

قانون 03/89 هو دعوة صريحة من طرف الدولة لتخليها عن قطاع التربية البدنية والرياضية ولو جزئياً أو الإكتفاء بالتسيير.

أما فيما يخص مادة التربية البدنية والرياضية في المدارس حسب ما أشارت إليها القوانين والنصوص التشريعية والتسييرية لها فاتهاها نحو مبادئ ثلاثة:

- اكتساب الصحة.

- النمو الحركي.

- التربية الإجتماعية للشباب.

وتبقى هذه المادة خاضعة كبقية المواد الأكاديمية الأخرى إلى العمل البيداغوجي والعلاقة بين المدرسة والمتمدرس وهذا للتوصل إلى: التعليم، إبراز دور التلميذ داخل المجموعة. وهذه المادة تتطلب معارف وحقوق وواجبات متبادلة بين الأستاذ والتلميذ وتربطهم. أما توقيت درس التربية البدنية الرياضية كما هو محدد قانونيا في مؤسساتنا التعليمية فيبقى ساعتين أسبوعيا معاملهم واحد والحصة مقسمة إلى قسمين رياضة فردية وأخرى جماعية. هذه هي مسيرة التربية البدنية والرياضية في الجزائر مع مجمل القوانين التي تسيروها وتوجهها بمبادئها وخصائصها وطابعها التكويني والتوجيهي منذ الاستقلال إلى 1995.

1.10.1. الأمر رقم 95/09 المؤرخ في 25 فيفري 1995:

• الأحكام العامة:

- يحدد هذا الأمر مبادئ توجيه وتنظيم المنظومة الوطنية للتربية الرياضية ووسائل تطويرها وكذا الأهداف الأساسية المنوطة بها.
- تتمحور المنظومة للتربية البدنية والرياضية حول مجموعة من الممارسات البدنية مدرجة في سياق منسجم دائم التطور يساهم خاصة فيما يلي:
 - تفتح شخصية المواطنين فكريا وتهنيئهم بدنيا والمحافظة على صحتهم.
 - تربية الشبيبة وترقيتها اجتماعيا وثقافيا.
 - تطوير مثل التقارب والصدقة والتضامن باعتبارها عوامل تساعد التماسك الوطني.
 - تعزيز التراث الوطني والرياضي.

- محاربة الأمراض الإجتماعية وترقية القيم الأخلاقية المرتبطة بالخلق الرياضي.
- التمثيل المشرف للوطن في المحافل والمنافسات الرياضية الدولية.
- تشكيل ممارسات النشاطات المنظمة في إطار المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية حقا معترف به لجميع أصناف السكان دون تمييز السن والجنس.
- تتولى الدولة والجماعات المحلية ترقية المنظومة للتربية البدنية والرياضية بمساهمة هياكل تنظيم وتنشيط المنظومة أو كل شخص طبيعي أو معنوي خاضع للقانون العام والخاص.

11.1. تنظيم الممارسات البدنية والرياضية:

تختلف الممارسات البدنية والرياضية حسب طبيعتها وكثافتها والأهداف المتوخاة منها وهي منظمة حسب الأشكال التالية:

- التربية البدنية والرياضية.
- النشاط البدني الترفيهي.
- رياضة المنافسة.
- رياضة النخبة والمستوى العالي.

8. التربية البدنية والرياضية:

تشكل التربية البدنية والرياضية قاعدة أساسية لتطوير المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية وهي منسجمة ضمن المنظومة التربوية.

وتتمثل أساسا في التعليم ليساهم في التحسين والمحافظة على الكفاءات النفسية الحركية للطفل والشباب في الأوساط التربوية وما قبل الدراسية وفي مؤسسات التربية والتكوين والهياكل

المكلفة باستقبال الأشخاص الموضوعين في وسط إعادة التربية، مؤسسات الوقاية وكذا في الهياكل المكلفة باستقبال الأشخاص المعوقين.

يعد تعليم التربية البدنية والرياضية مادة مدرجة وإلزامية في برنامج وامتحانات التربية والتكوين تضمن الدولة وتؤمن تطوير التربية البدنية والرياضية.

9. النشاط البدني والرياضي الترفيهي:

يتمثل النشاط البدني والرياضي الترفيهي في ترفيه فعال إرادي وحر أو منظم يهدف إلى تفتح شخصية الفرد ثقافيا وتهيبته بدنيا وهو موجه إلى كافة أصناف السكان دون تمييز.

وهو منظم ومطور لاسيما خارج الأوساط التربوية على شكل نشاطات بدنية ورياضية في الوسط المباشر وعلى أساس برامج تحفيزية تطبقها المؤسسات والهيئات العمومية أو الخاصة المعنية.

ويهدف أيضا إلى تعزيز وتطوير الألعاب والرياضات التقليدية المستمدة من التراث الثقافي الوطني.

تساهم الدولة والجماعات المحلية بالإتصال هياكل تنظيم وتنشيط الحركة الجمعوية في ترقية النشاطات الرياضية الترفيهية لا سيما ما يدعم الأنشطة الرياضية في الوسط المباشر على مستوى الأحياء والتجمعات السكانية وتساهم كذلك في تثمين الألعاب والرياضات التقليدية.

10. رياضة المنافسة:

تمثل رياضة المنافسة في التحضير والمشاركة في المنافسات الرياضية المقننة استنادا لتنظيمات الهيئات الرياضية الدولية.

وتتمحور حول نظام سلمي للمنافسة حسب مستوى الممارسات وفئة السن، يتم تنظيم رياضة المنافسة في الجمعيات والنوادي الرياضية حسب أشكال متطابقة مع المستلزمات والمتطلبات الخاصة بمختلف قطاعات الأنشطة.

تهدف رياضة المنافسة إلى التهيئة والتربية والإدماج الاجتماعي للشباب عن طريق تنافس سليم تشكل الوسط المميز الذي يساعد على كشف وإبراز المواهب الرياضية.

11. رياضة النخبة والمستوى العالي:

تتمثل رياضة النخبة والمستوى العالي في التحضير والمشاركة في المنافسات المتخصصة الرامية إلى تحقيق أداءات تقوم إستنادا إلى المقاييس التقنية الوطنية والدولية وتتمحور رياضة النخبة والمستوى العالي حول عدة مستويات تختلف من حيث قوتها ومن حيث مستوى الأداءات المختلفة.

وينتج عنها التكفل بالمواهب الرياضية قصد التحسين المستمر لأدائهم ضمن هياكل متخصصة للمنتخبات والفرق الوطنية حتى بروزهم على المستوى العالمي الذي يخولهم صفة الرياضي ذو المستوى العالي.

تهدف رياضة النخبة والمستوى العالي بلوغ التفوق من أجل ضمان التتويج المشرف للوطن في المحافل والمنافسات العالمية لا سيما الألعاب الأولمبية وكؤوس وبطولات العالم وتطوره وتدعم أولويات ضمن الإختصاصات الرياضية الأولمبية وضمن الرياضات ذات السمعة الدولية الكبيرة والتي يحدد قائمتها الوزير لمكلف بالرياضة والتشاور مع الإتحاديات الرياضية المعنية واللجنة الوطنية الأولمبية بعد أخذ رأي المرصد الوطني للرياضة.

تضمن تربية وتكوين وصقل للمواهب الرياضية الشابة المشار إليها في المادتين 9 و 10 داخل هياكل متخصصة تحدد شروط تأسيسها وتنظيمها وسيرها عن طريق التنظيم.

يكيف ويحوز التنظيم البيداغوجي للدورات المدرسية في الهياكل المتخصصة للمواهب الرياضية الشابة هذا للاستجابة لمتطلبات رياضية النخبة والمستوى العالي.

وفي هذا الإطار تستفيد المواهب الرياضية الشابة لا سيما مما يلي:

- تعديل البرامج الدراسية والتمديد المحتمل للدورات الرياضية.
- تأجيل الامتحانات والتقويم قصد الاستجابة لمتطلبات الرزنامة المدرسية.
- تنظيم ودعم بيداغوجي متميز ومستمر.
- تعديل أوقات الدراسة التي تدرج ضمن البرنامج العام للتحضير الرياضي.
- فتح شعب تحضيرية لهن الرياضة قصد المشاركة في إدماجهم الاجتماعي في المستقبل.

تحديد برامج ومستوى ومناهج الممارسات البدنية والرياضية المشار إليها في المواد من

04 - 13.

وكذلك كفاءات تطبيقها من طرف الوزير المكلف بالرياضة بالاتصال مع الوزراء المعنيين

لا سيما المكلفين بالتربية والتعلم والتكوين وكذا مع الهيئات والهياكل المعنية.

المحاضرة السابعة

تحت عنوان: ماهية التربية البدنية والرياضية في المدرسة - التربية البدنية

والرياضية كمادة دراسية (I)

1. ماهية التربية البدنية والرياضية في المدرسة:

إن تدريس التربية البدنية والرياضية للتلاميذ في المدارس بمراحلها المختلفة هو موضوع شيق يساعد على تنمية روح المنافسة"، وهو عبارة عن موقف يتم فيه التفاعل بين التلميذ والمدرس من خلال المتعة ويجب أن تكون الدروس ممتعة ويشعر بها التلميذ بأنه يقضى أوقات سعيدة لكلا منهما المدرس - التلميذ(السعد، وفهيم، 2004 ، صفحة 21)، وهى عملية اكتشاف قدرة الجسم وما يستطيع الجسم أن يقوم به وكيف يمكن اكسابه المهارات المختلفة" (قنديل، 1998، صفحة 21).

إن التلاميذ يحبون الحركة ويحبون التعلم ونحن نلاحظ ذلك وهم يلعبون في الشارع أو في الملاعب أن الحركة تمثل لهم المتعة والسعادة نتيجة الشعور بفعل شيء محدود يقومون به ومن المهم والحيوي جدا أن تتاح للتلميذ الفرصة و ليتعلم كيف يتحرك وليتحرك كيف يتعلم وعلينا كمسؤولين (مربين ومشرفين) أن تحبب التلاميذ في التربية البدنية وبالتالي يتم عن ذلك تنمية المهارات الحركية وتزداد لديهم الدراية بأنواع الحركات وكيفية أدائها بشكل سليم إن وقت أداء الأنشطة الرياضية بالنسبة للتلاميذ يمثل عملا حقيقيا وليس الرؤية والاستمتاع فقط ، إن التلاميذ عادة ما يحبون الجو الممتع وخاصة الأنشطة التي تتم في الهواء الطلق بعيدا عن جدران الفصل.

كما أن استخدام بعض المعدات والأدوات المساعدة يساعد على بعث المنافسة لثناء أداء الحركات المطلوبة عليك أنت كمدرس أو مرب أن هؤلاء مازالوا في سن المبكر فعليك بحبهم ومساعدتهم للاستراخ في الدروس التي يقوم بتعليمها لهم.

2. أهمية التربية البدنية والرياضية في المدرسة:

إن ممارسة التربية البدنية والرياضية تساعد على تحسين الأداء الجسماني للتلميذ وإكسابه المهارات الأساسية وزيادة قدراته الجسمانية الطبعة كما أنها تساعد على تحسين الجهاز الوظيفي.

"إن الخبرات الأساسية لممارسة الأنشطة الرياضية تمد التلميذ بالمتعة منة خلال الحركات المؤداة في التمرينات والمسابقات التي تتم من خلال تعاون التلميذ مع الأخرى أو منفردا..." (الخولى، 1982، صفحة 35).

أما المهارات التي يتم التدريب عليها من خلال الدرس بدون استخدام أدوات أو باستخدام أدوات صغيرة بسيطة أو باستخدام الأجهزة الكبيرة تؤدي إلى اكتساب المهارات التي تعمل على شعور التلميذ بقوة الحركة.

" والتربية البدنية والرياضية هي عملية حيوية في المدارس بمراحلها المختلفة ولها دور أساسي في تنمية اللياقة البدنية للتلاميذ" (عظمى، 1996، ص 61)، ومن هذا المنطلق فإن الدفاع عن فكرة زيادة حصص التربية البدنية والرياضية هو أمر مشروع وهام لتأسيس حياة صحية سليمة لتلاميذ ومنهم فرصة كممارسة كافة الأنشطة الرياضية، إن التلاميذ ذوي المهارات العالية لهم القدرة على الاندماج في المجتمع بشكل جيد فبالتالي فإن قدرتهم أو عدم قدرتهم على عقد صداقات مع زملائهم غالبا ما تتأثر بالمهارات الخاصة لهم.

ومن الهام جدا أن تعمل على إنجاح وزيادة خبرات التلاميذ في التربية الرياضية وذلك قصد تنمية مهاراتهم الشخصية وانتماءهم اتجاه التربية البدنية والرياضية.

إن وجود برنامج (مذكور، 1998، صفحة 20) رياضي ليشمل على أنشطة تعمل على إظهار الفروق الفردية، بين التلاميذ وتشجيعهم لهو أمر مهم جدا، وعلى ذلك فمن غير المفترض إن كل التلاميذ سيؤدون المهارات بنفس الكفاءة.

3. أهداف التربية البدنية والرياضية:

إن البرنامج الجيد يجب أن يشتمل على مساعدة التلاميذ في تحقيق الأهداف التالية:

- 1- إمدادهم بالمهارات الجسمية المفيدة.
- 2- تحسين النمو الجسمي وتنمية النمو بشكل سليم.
- 3- المحافظة على اللياقة البدنية وتميبتها.
- 4- تعليمهم المعرفة وتفهم أساسيات الحركة.
- 5- قدرتهم على معرفة الحركات في مختلف المواقف.
- 6- تنمية القدرة على استمرار ممارسة التمرينات الرياضية للحفاظ على اللياقة البدنية العامة.
- 7- تعليمهم معرفة المهارات الاجتماعية.
- 8- تحسين قدراتهم الابتكارية.
- 9- تحسين القدرة على أداء الأشكال المختلفة للحركة.
- 10- تنمية القدرة على التقييم الشخصي والرغبة الشخصية في التقدم.

وعلى المدارس أو المربى أن يقوم بتعليم التلاميذ كيفية حل المشاكل كجزء من هذه العملية التربوية، فمن الضروري أن يتعلم التلميذ الخلقية العلمية المناسبة أثناء كل فصل تعليمي في التربية البدنية والرياضية.

إن أهداف برامج التربية الرياضية تختلف تبعاً لكل برنامج ، وجودة كل برنامج تتوقف على الأهداف المطلوب الوصول إليها من خلال تنفيذ البرامج وهدف المدرسين والمربين هو أن يعلموا على تدريس الأنشطة الرياضية التي تشجع التلميذ وتساعدهم على أن يكونوا متحركين من خلال مهارات حركية سليمة لمواجهة كافة الظروف والأنشطة الحركية مثل المنافسة والمتعة ستؤثر عليهم إيجاباً طوال حياتهم من خلال لياقتهم الجسمية.

4. التربية البدنية والرياضية في المجتمع الحديث:

إن من فلسفة المجتمع الحديث أن نؤمن بقيمة الفرد، وحرية وسعادته ويعنى ذلك الاهتمام بجميع جوانب الفرد الجسمانية والتعليمية، والعاطفية...الخ، ففي التركيز على احد جوانب النمو وإغفال على الآخر سيعطل من قدرات الفرد ويحد من نموه أن الاكتمال الشامل لإنماء الشخصية المواطن في مجتمعنا الحديث هو الهدف الأسمى لجميع المجهودات التعليمية والتربوية.

إن المهمة الكبرى لتربية البدنية والرياضية في مجتمعنا " هي أن تقوم بدورها في تنمية الشخصية المتكاملة من خلال النهوض بالمستوى البدني والرياضي للنشء" (عطاف، 1993، صفحة 67).

ومن هنا يتضح أن التربية البدنية والرياضية لا تقتصر على تنمية قدرات الأداء البدني والرياضي فقط فهذه النظرة تتناقض مع سياسة التربية البدنية والرياضية في عصرنا الحديث ولذلك "يجب أن توجه مجهودتنا للنهوض بالمستوى البدني والرياضي كمطلب أساسي نحو

تنمية القدرات البدنية والعقلية، وتحسين الصحة وتكوين الصفات الاجتماعية والخلاقية لدى
النشء" (السيد معوض، 1981، صفحة 26).

إن التصور لنهوض بالمستوى البدني له أساس اقتصادي واجتماعي وقومي وثقافي فالبحر
تطمح الدولة على إعداد مواطن صحيح البدن، المهياً لتحمل الأعباء لزيادة في العمل الإنتاجي
والدفاع عن وطنه هذه اللياقة الاجتماعية تعتبر ضرورة لسعادة المواطن وتوفيقه في الحياة
المعيشية كما أنها في نفس الوقت في تحقيق أهداف المجتمع من اجل التنمية والتقدم.

أن كل هذه المتغيرات الاجتماعية في المجتمع الحديث، تؤكد وتلح على موضوعية
التربية البدنية والرياضية وتعتبر عن مطالب تقع مسؤولية تحقيقها على التربية البدنية والرياضية
ومن هذه المطالب كالتالي:

- أن تكون ممارسة التربية البدنية والرياضية حاجة أساسية من حاجات الأفراد لحياتهم
المعيشية.

- تحسين صحة أفراد الشعب.

- التنمية الشاملة للقدرات البدنية لصالح العمل الانتاجي والعسكري.

- تنمية المستويات الرياضية العالية وذلك لرفع راية واسم الوطن.

إن ممارسة التربية البدنية والرياضية المنظمة كمبدأ للحياة المعيشية في المجتمع الحديث،
كما أنها تشكل محتوى هام لأشغال وقت الحر لدى الفرد.

مادامت ممارسة التربية البدنية والرياضية حاجة من حاجات الحياة المعيشية يتطلب ذلك
التخطيط للتربية البدنية والرياضية ما قبل المدرسة وفي المراحل المختلفة للتعليم العام
والجامعات وفي المؤسسات الاجتماعية والتربوية الأخرى والوقت الذي يشكل جزءا هاما من

حياة الفرد فبجانب النشاط التعليمي أو المهني يتبع النشاط في الوقت الحر الفرصة لتنمية تفكير الفرد ومشاعره ومهارته آذ أحسن استغلاله، كما أن استغلال الأمتل للوقت الحر يثرى شخصية الفرد بدرجة قد تصل بالفرد إلى تحقيق الشخصية المتكاملة.

كما أن الاهتمام بالرعاية الصحية للمواطنين يعتبر مطلباً إنسانياً على جانب كبير من الأهمية حيث أن لها أثراً فعالاً على حياتنا الاقتصادية والاجتماعية فاعتلال الصحة والإصابة بالأمراض يشكلان عقبة لإنجاز الأعمال وتحقيق الإنتاج المطلوب لإثراء الاقتصاد القومي فلذا يجب أن تعمل الدولة على تحقيق الاحتفاظ بالحق الأدنى لصحة واللياقة للفرد، حتى لا يخلف وقت الإنتاج بوقت الاستشفاء ضارين بمثل " ابني ملعبا. تغلق مستشفى "

5. طبيعة التربية البدنية والرياضية:

لازال لحد الآن بعض من الناس لا يؤمن بالتربية البدنية والرياضية كنظام أكاديمية وكمهنة أو كبرامج لنشاطات متعددة وهذا يلقي عبئاً كبيراً أمام المشرفين على هذا التخصص وتتلخص هذه الطبيعة فيما يلي:

6. التربية البدنية والرياضية كنظام أكاديمي:

يسعى كل فرع من المعرفة الإنسانية نحو تحديد هويته الأكاديمية ، والتربية البدنية والرياضية تهتم ببحث ودراسة الظاهرة حركة الإنسان والإشكال الثقافية التي اتخذها هذه الظاهرة كالرياضة ، والتمرينات والرقص وذلك من خلال بنية معرفية أخده في التناغمي تتمركز حول ظاهرة الحركة لذي الإنسان وتنقسم إلى عدة مباحث وعلوم كعلم ووظائف أعضاء النشاط البدني وعلم نفس الرياضة ، والاجتماع الرياضي ، والتعلم الحركي والميكانيكا الحيوية وفلسفة وتاريخ التربية البدنية والرياضية ولها أيضا مباحث فنية تربوية بحيث تنتقل هذه العلوم تربويا

إلى التلاميذ والطلاب كطرق تدريس التربية البدنية والرياضية مناهج التربية البدنية والرياضية والوسائل التعليمية في التربية البدنية والرياضية.

7. التربية البدنية والرياضية كمهنة:

يحترف عدد كبير من المتخصصين في مجالات العمل التربوي البدني والرياضي، ولقد تنامت أفرع ومجالات العمل المهني في التربية البدنية والرياضية شكل كبير فبعد ما كانت تقتصر في الزمن القديم على التعليم (التدريس) أصبحت الآن تضم التدريب الرياضي، الإدارة الرياضية، اللياقة البدنية، التأهيل الرياضي، الإعلام الرياضي، الترويج البدني، الرياضة للجميع وبفضل جهود أبناء المهنة أصبحت لها عدد من الروابط والجمعيات المهنية للحفاظ على حقوق المهنيين ومنع الدخلاء وغير المؤهلين من الانضمام إليها، " والمهنة تعتمد على بنية المعرفة وعلومها ومباحثها وفنونها لتقدم ارفع مستوى من الخدمة المهنية في مختلف مجالات التخصص المهني " (الخولى، 1996، صفحة 17).

8- التربية البدنية والرياضية كبرامج:

وهو المنظور الأقدم والذي ارتبط بالتربية البدنية ومنذ القدم ومازال والذي يعبر عن برامج الأنشطة البدنية التي تتيح الفرصة للتلاميذ الاشتراك في أنشطة بدنية أو حركية منتقاة بعناية وبتتابع منطقي وذلك حسب المراحل العمرية وعبر وسط تربوي منظم ينمى مختلف جوانب الشخصية الإنسانية وعبر أنشطة مختلفة كالجمباز والألعاب والسباحة وألعاب القوى... الخ.

8. الأسس العلمية لتربية البدنية والرياضية:

يتساءل الكثير من الطلاب الدراسيين بمعاهد وكليات التربية البدنية والرياضية حول الأهمية والقيمة العلمية والأكاديمية لهذا الكم الهائل من المعلومات في علوم التربية البدنية والرياضية ويتحدثون كثيرا عن أنهم بعد تخرجهم لا يستخدمون هذه المعلومات وربما لا تكون

كل هذه التساؤلات التي يطرحها الطلاب تعكس ليس فقط عدم الفهم الدقيق والواضح لمفهوم ومهام التربية البدنية والرياضية بل وجهل بالأسس العلمية لتربية البدنية والرياضية.

فالفرد الرياضي عندما يقوم بأداء حركة ما، أو أداء أي مهارة رياضية ما أو الاشتراك في منافسة، فإنه يقوم بهذا العمل كوحدة واحدة لا تتجزأ فكل الأعضاء والعضلات والخلايا العصبية والدورة الدموية، والأجهزة الوظيفية تشترك فهذا الأداء كما انه يحتاج إلى طاقة لأداء ذلك، ومن هذا المنطلق فان كل حركة أو مهارة لا بد وان لها تفسيراً وذلك في ضوء معلومات منسقة ومستندة إلى قوانين كما إن التربية البدنية والرياضية تستند في وضع برامجها على قاعدة علمية ثابتة (بيولوجيا، نفسيا ، حركيا، اجتماعيا) وسنتناول هذه الأسس فيما يلي:

9. الأسس البيولوجية لتربية البدنية والرياضية:

إن جسم الإنسان ذو ميكانيكية معقدة جداً، ولا بد أن يكون تركيبه مألوفاً لكل مربٍ بدقة، ولذلك يدرس طالب التربية البدنية والرياضية جسم الإنسان بالتفصيل خلال فترة إعداده ليكون قادراً على إعطاء تفسير شاق لطبيعة عمل العضلات أثناء كل تمرين وكذلك ما يتصل بها منه أجهزة تمد جسم الإنسان بالوقود مثل الجهاز الدوري ، الجهاز التنفسي والجهاز العظمي وبهذا يكون الطالب قادراً ليس فقط على شرح الهدف وتركيب التخزين ولكنه أيضاً قادراً على إعطاء تفسير لماذا أدت هذه الحركة فهذا الاتجاه؟ ولماذا هذا العدد من التكرار لذلك فان منهج التربية البدنية باحتوائه على المواد البيولوجية (علم التشريح، علم وظائف الأعضاء، بيولوجيا الرياضة، علم البيوميكانيك) بالإضافة إلى مواد أخرى مثل التديك الرياضي، إصابات الملاعب، علم الصحة الرياضية، هذه الطائفة الهائلة من العلوم البيولوجية تعطي الطالب خلفية علمية قوية لتعامل مع الإنسان الرياضي.

ومن هنا جاءت قاعدة فهم كل طالب أو مربٍ بدني للأسس البيولوجية لتربية البدنية والرياضة حتى يتسنى له إعطاء كل تفسير لأي حالة أثناء حدوثها حيث انه يتعامل مع جسم

إنسان وقد تتعرض هذه الأجسام للأذى إن لم يكن المسؤول أو المربي ملما بالمأما وأفيا بتأثيرات النشاط البدني على الجسم البشري.

وليس أن يكونا ملما كطبيب وإنما يجب أن تكون لديه قاعدة راسخة من العلوم الأساسية في الناحية البيولوجية، وعند فشل المربي عن إعطاء تفسيرات وأفية أو صحيحة للمعنى فينظر إليه بعدم المبالاة وأحياناً باستهزاء.

10. الأسس السيكولوجية لتربية البدنية والرياضية:

لما كانت التربية البدنية والرياضية تحضي بمنزلة مرموقة في أوساط الشعوب في العصر الحديث فان هذا لا يوفر فقط على الإعداد البدني والنمو الجسمي المتزن فقط وإنما يمتد إلى الصفات الخلقية والإدارية ، إن أنواع الرياضات عديدة ومتنوعة ولكن تتطلب الاشتراك والمواظبة في التدريب والانتظام قبل الدخول في المنافسة وهذا التدريب يبني على قواعد وطرق علمية متينة ولن ينجح هذا إلا بدراسة طبيعة النشاط الرياضي من ناحية ودراسة وتشخيص الشخصية الرياضية كموضوع لهذا النشاط من ناحية أخرى أن تحليل ودراسة نفسية يعطى تحليلاً لنشاط بدني رياضي ويساعد في بناء طرق الإعداد السليمة لكافة الأنشطة.

وعليه لا بد على كل مرب أو مدرس أن يعلم مختلف النشاطات الرياضية التي تتضمنها مهياً وذلك وفق المبادئ السيكولوجية المتعارف عليها وإذ الم المتعلم بأحسن الطرق تعليم المهارات في مجال التربية البدنية والرياضية.

فان هذا سيوفر الجهد والوقت ويحقق نتائج أحسن وبها يتحصل المتعلم على خبزه تعليمية سارة وشاملة.

إن المعلم الذي يجهل التفسير العلمي لمهنته لا يطمح منه تحقيق نتائج مرضية مع تلاميذته ولهذا طلبنا المقبلين على كليات ومعاهد التربية البدنية والرياضية إدراك أهمية الجانب السيكولوجي من مهنته وتطبيقه بأحسن الطرق الممكنة.

11. الأسس الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية:

علم الاجتماع هو علم الذي يهتم بدراسة الناس وجماعتهم وأنشطتهم وهويتهم بصفة خاصة بأصل المجتمع ونشأته وما به من نظم، مثل الدين والأسرة والحكومة والتعليم والترويج لذلك يهتم علم الاجتماع بتنمية حياة الاجتماعية أفضل بحيث تتميز بالخير والسعادة والتسامح والمساواة.

ومادام أن التربية البدنية والرياضية تتخلل حياتنا اليومية فإنها تستطيع أن تلعب دوراً هاماً في تحسين أسلوب الحياة بطريقة ديمقراطية وهي مادة علمية وظيفته تساعد الفرد في الإعداد للحياة بحيث تكون قوية وصحيحة والتربية البدنية والرياضية تساعد في التكيف مع الجماعة فما اللعب إلى أحد مظاهر التآلف الاجتماعي وعن طريق اللعب تزداد المحبة والأخوة والصدقة بين الناس.

إن طبيعة الإنسان القديم المتميز بالعنف والقوة والضرب والإثارة بينما عن طريق التربية البدنية والرياضية تستطيع تعليم العلاقات الإنسانية المتفتحة لأي لاعب أو عداء يعمل قصارى جهده لهزيمة غيره ولكن كل ذلك في إطار الصفات النبيلة وعلاقات اجتماعية مقبولة.

والتربية البدنية بمختلف نشاطاتها ترمي إلى توطيد العلاقات الاجتماعية داخل الجماعة وتعمل على إنشاء مبادئ اقتسام الحب والألفة والاهتمام بآراء الآخرين وشعور الإنسان بطمأنينة داخل المجتمع الذي يعيش فيه.

ومما سبق يتضح فعلاً إن التربية البدنية والرياضية تؤدي وظيفتها قائمة على أسس علمية وقادرة على إعطاء تفسيرات واضحة لماهيتها وأهميتها ودورها داخل المنظومة التربوية.

المحاضرة الثامنة

تحت عنوان: ماهية التربية البدنية والرياضية في المدرسة - التربية البدنية

والرياضية كمادة دراسية (II)

1. التربية البدنية والرياضية كمادة دراسية :

يرى الدكتور محمد الحمايمي والدكتور أمين أنور الخولي (1990) " انه حتى يمكن إعطاء فهم أفضل للتربية البدنية والرياضية كمادة دراسية يجب الاعتماد على الخبرة الواقعة المشاهدة في الميدان والتي يمكن أن تتمثل في المهارات الأدائية والمعرفة المطلوبة والأساسية لممارسة الرياضة وأيضا الاتجاهات والميول التي يحملها الأفراد تجاه الأنشطة البدنية بشكل عام وتجاه ألوان الرياضة المختلفة بشكل خاص" (الحمايمي، 1990، صفحة 21).

يعتقد (لوسن، بلاسيك - Lawison - Placek - 1981) إن ما ندرسه يتوقف على عامين أساسيين هما خصائص الطلاب وطبيعة المادة الدراسية فإذا ما دمج هذان العاملين معا فان مفهوم برنامج التربية البدنية والرياضية يمكن أن يتضح لنا.

2. أشكال ممارسة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الإعدادية:

يرى دبشى رشيد المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية إن التربية البدنية والرياضة في المرحلة الثانوية تتم على جانبين.

الجانب الأول: دروس التربية والرياضية وتتفد وفقا لبرنامج مسطر من قبل وزارة التربية الوطنية حيث خصصت له ساعتان أسبوعيا تتم غالبا في حصة واحدة أي ساعتين متتاليتين وهذه الحصص هي مقررة ورسمية وإجبارية كما تنص على ذلك القوانين.

الجانب الثاني: النشاط الرياضي اللاصفي، أن المنافسات الرياضية هي احد الأركان الأساسية لبرنامج التربية البدنية والرياضية ويحقق نفس أهداف الدروس الجد ولية وهي تمثل النشاط اللاصفي وتنقسم المنافسات بدورها في الإعدادية إلى قسمين منافسات داخلية ومنافسات داخلية خارجية (دبشي ، 2004، صفحة 98)، وهذا الجانب من الممارسة لا تخصه بالبحث والباحث.

3. وظيفة التربية البدنية والرياضية:

إن وظيفة التربية البدنية والرياضية تختلف من مستوى لآخر من مرحلة عمرية لأخرى ونسب مئوية متفاوتة ومختلف بين الإعداد البدني والفني والنظري والنفسي (المندلأوى والآخرين، 1990، صفحة 27).

أ- التركيز على الإعداد البدني الخاص إلى جانب الإعداد البدني العام كما بين الجدول

التالي:

الأعمار	الإعداد البدني العام	الإعداد البدني الخاص
13 - 15 سنة	45 %	55 %
16 - 19 سنة	35 %	65 %

الجدول رقم (01): بين علاقة العمر بالإعداد البدني العام والخاص أثناء مرحلة

الإعداد

ب- التأكيد على الموازنة في تدريب العناصر الصفات البدنية من خلال برامج والوحدات

التدريبية كما في الجدول التالي:

الصفات البدنية				الأعمار
المطاولة	القوة	المرونة	السرعة	
% 20	% 20	% 30	% 30	15 - 13 سنة
% 30	% 30	% 20	% 20	19 - 16 سنة

الجدول رقم (02): يبين العلاقة البدنية بالعمر في الخطة الإعداد

ج- ترمى التربية البدنية والرياضية إلى تطوير النمو البدني والوظيفي والرفع من اللياقة الصحية بشكل عام

د- من الضروري أن يتناسب برنامج الإعداد البدني وان يؤدي إلى تطوير الإعداد الفني والخططي والنفسي والنظري إلى جانب الإعداد البدني حسب الجدول التالي:

نوع الإعداد					الأعمار
الإعداد البدني	الإعداد النظري	الإعداد النفسي	الإعداد الخططي	الإعداد الفني	
% 20	% 20	% 20	% 30	% 30	15 - 13 سنة
% 30	% 30	% 30	% 20	% 20	19 - 16 سنة

الجدول رقم(03) : بين علاقة العمر بالإعداد البدني والفني والنفسي والنظري أثناء

مرحلة الإعداد.

هـ- اللياقة البدنية الخاصة للوصول إلى أفضل النتائج الرياضية والعلمية لذا فإعداد الرياضي الكامل هو رصيد الانتصار والفوز لأجل الحصول على نتائج رياضية عالية إلى جانب ضمان السعادة في النواحي الحياتية والاجتماعية. (حسين وآخرون، 1979، ص 244).

4. مشكلات التربية البدنية والرياضية:

يرى الدكتور عدنان درويش (1994) أن هناك سلبيات معروفة مثل نقص ميزانيات النشاط الحركي والتسهيلات وإهدار المساحات المخصصة للملاعب في بناء فصول وتوزيع حصص التربية البدنية والرياضية على المواد الأجر بالرعاية "فمازلت التربية البدنية والرياضية مادة غير أساسية في المنهج أو عبارة عن حصة واحدة في الأسبوع في غالبية المراحل الإعدادية والثانوية الأمر الذي أدى إلى انتشار إلى مفاهيم ومدركات خاطئة". (درويش جلوان وآخرون، 1994، صفحة 74).

إن الوضع الاجتماعي المتدني للعاملين في مجال التربية البدنية والرياضية وعدم وجود تنظيمات مهياً قوية أدى إلى فقدان الروابط المهنية وإهمال النمو المهني وضياع الحقوق المادية والأدبية لبعض العاملين ولقد أشار 'نيلسون و برونسوت' (Nelson)، (Bronson) إلى المشكلات العديدة التي تجابه مدرس التربية البدنية والرياضية خاصة في بداية حياتهم المهنية في المدرسة والتي يجب أن يتعرفوا عليها وان يعقلوها ويحللونها بكل جدية وبطريقة علمية وذلك بإتباع الطرق المنطقية للمواجهة بداية بادراك هذه المشكلات تم تحديد الكفاءات المهنية التي تحتاج إليها في سبيل الحل ثم وصف الخبرات التعليمية الفعالة لتنمية هذه الكفاءات وذلك خاصة قبل الخروج مباشرة المهنة.

5. مظاهر التربية البدنية والرياضية:

إن التربية البدنية والرياضية بمفهومها تبدو في مظاهر مختلفة وأشكال متعددة فالسباحة مظهر منة مظاهر التربية البدنية والرياضية وكذلك نشاطات أخرى مثل كرة السلة، التنس، الرماية... الخ.

ويمكن تقسيم مظاهر النشاط في التربية البدنية والرياضية إلى قسمين هما:

** مظاهر فردية:

- وتعنى الأنواع التي تمارس من الشخص بمفرده دون الاستفادة بأخرين فالملاكمة والجري والمصارعة
- والوثب والمبارزة والسباحة والرمي العرضي والتنس... الخ كلها مظاهر للنوع الفردي.

** مظاهر جماعية:

وهي الأنواع النشاطات التي تمارس في جماعات كفرق كرة القدم، كرة السلة، كرة أيد، كرة الطائرة، سباحات التتابع رياضة يشترك فيها أكثر من لاعبين اثنين. ولكل نوع من هذين النوعين مميزاته، فالأنواع الفردية لها مميزاتها وتؤثر على الأفراد بصورة خاصة وتكسبه صفات معينة وهذا بصفة عامة.

ومع ذلك هناك تقسيم خاص لمظاهر التربية البدنية والرياضية نجمله فيما يلي (الشافعي، 1998، صفحة 09).

● **الألعاب:** تدخل فيها الألعاب الفردية والألعاب الزوجية

● **ألعاب القوى:** يدخل فيها سباقات الميدان والمضمار

● **الرياضيات المائية:** السباحة، الغطس، كرة الماء، التجديف، الشراع

●**التمرينات:** وتدخل فيها التمرينات الصناعية بالنسبة للبنات الحركات الشعبية والإيقاعية

●**نشاطات الخلاء:** ويدخل فيها التحول، المخيمات، المهرجانات، التطوع

6. أهداف التربية البدنية:

تسعى التربية البدنية إلى تحقيق الأهداف التي تعبر عن مفاهيم واتجاهات النظام التربوي، كما نجد أن البرامج والمناهج في التربية البدنية تركز على الأنشطة الحركية والبدنية.

- التنمية العضوية:

تهتم التربية البدنية في المقام الأول بالارتقاء بالأداء البدني والوظيفي للإنسان من خلال الأنشطة البدنية والحركية المقننة والمختارة كما نجد هدف التنمية العضوية ينعكس على صحة الفرد في مجملها.

وتمثل أهمية هذا الهدف في انه من الأهداف المقصورة على مجال التربية البدنية ولا يدعى أي علم أو نظام أكاديمي آخر انه يستطيع أن يقدم ذلك الإسهام لبدن الإنسان بما في ذلك الطب . (الخولى، 1996 ، صفحة 129).

كما نجد أن أهمية هدف التنمية العضوية يتمثل في إخفاء الحيوية والنشاط على الفرد ويصون صحته ويزيد قابليته لاستعادة الشفاء بعد المجهود ومقاومة التعب.

- تنمية المهارات الحركية:

تعتبر من أهم أهداف التربية حيث تهدف إلى تنشيط الحركة الأصلية وتنمية أنماطها وصولاً إلى ارفع المستويات الحركية ومن ثم تتأسس المهارة الحركية كما نجد أن المهارات الحركية لا تتأسس على اللياقة البدنية والحركية فحسب بل أن الاعتبارات الإدراكية والحسية وأهميتها.

وحتى يتحقق هذا الهدف يجب أن تتقدم التربية البدنية من خلال برامجها الأنشطة الحركية وأنماطها ومهارتها المتنوعة، فهي اكتساب الكفاءة الإدراكية الحركية، والطلاقة الحركية والمهارة الحركية وهي في مجملها مفاهيم تتصل بسيطرة الفرد على حركته وإعادة إدارتها (الخولى، صفحة 151).

- التنمية المعرفية:

يتصل هذا الهدف بالجانب العقلي والمعرفي في حيث يتناول العلاقة بين ممارسة النشاط البدني والقيم والخبرات والمفاهيم المعرفية التي يمكن اكتسابها من خلال ممارسة هذا النشاط، كما يهتم الهدف المعرفي بتنمية المعلومات والمهارات المعرفية كالفهم والتطبيق والتحليل والتركيب والتقدير لجوانب معرفية في جوهرها رغم اكتسابها للتربية البدنية مثل: (الخولى، 1996، صفحة 159).

- تاريخ الرياضة وسيرة الطفل.
- المصطلحات والتعبيرات الرياضية.
- مواصفات الأدوات والأجهزة والتسهيلات.
- قواعد اللعب ولوائح المنافسات.
- طرق الأداء الفني للمهارات وأساليبها.
- الخطط واستراتيجيات المنافسة.
- اعتبارات الأمان والسلامة.
- الصحة الرياضية والوقاية.
- اللياقة البدنية الخاصة:

- التنمية النفسية الاجتماعية:

للأنشطة البدنية والحركية في إطارها التربوي تأثير على الحياة الانفعالية والوجدانية في تنمية شخصية بالنضج والاتزان بهدف التكيف النفسي والاجتماعي للفرد داخل مجتمعه.

تعكس التربية البدنية آثارها من داخل الملعب إلى خارجه في شكل سلوكيات مقبولة حيث أن المناخ المصاحب للأنشطة البدنية هو مناخ يسود المرح والمتعة يبعث إلى التخفيف من التوتر والضغوط ويتيح فرصة للتنفيس من هذه الضغوطات ، كما أن ثراء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية من شأنه تنمية الجوانب الاجتماعية لشخصية الممارس للنشاط البدني وإكسابه عددا كبيرا من القيم والخبرات والحصائل الاجتماعية وبالتالي اكتساب مستوى رفيع من الثقة بالنفس والاتزان الانفعالي وانخفاض التوتر والتعبيرات العدوانية والروح الرياضية، وتقبل الآخرين بعض النظر عن الفروقات، والانضباط الذاتي.

- التنمية الجمالية:

في مجال التربية البدنية كثيرا ما يتردد لفظ جميل للتعبير عن أداءات حركية رفيعة المستوى كما يوصف اللاعب بأنه فنان لأنه صاحب أسلوب ذات ومتميز في أدائه ولعبه.

(الخولي، صفحة 172).

كما أن الخبرات الجمالية الناتجة عن ممارسة النشاط الرياضي تتيح قدرا كبيرا من فرص التذوق الجمالي، كما تنتج التربية البدنية وأشكال النشاط الحركي فرصا عديدة كي يعبر الفرد عن نفسه وستشعر الجمال من هذا التعبير، حيث أن التربية البدنية ليست أهداف حركية جافة بل هي حقا فرصة لتقدير الجماليات للأداء الحركي فضلا عن المشاركة الوجدانية التي تجمع بين الناس على حب الأداءات الحركية الرفيعة وفرصة للتعبير وتحقيق الذات الجمالية للفرد.

المحاضرة التاسعة

تحت عنوان: أغراض التربية البدنية والرياضية - أساليب التدريس (I)

1- أغراض التربية البدنية والرياضية في المرحلة الإعدادية

أ- أغراض تتعلق بصحة الجسم وقوته ومهارته:

- تنمية الكفاءة البدنية وصيانتها.
- تنمية المهارات البدنية والنافعة في الحياة.
- ممارسة الحياة الصحية السليمة.
- إتاحة الفرصة للناخبين رياضيا من الطلاب للوصول إلى مراتب البطولة.

ب- أغراض تتعلق بتنمية الكفاءة العقلية :

- تنمية الحواس
- تنمية القدرة على التفكير
- تنمية الثقافة الرياضية

ج- أغراض تتعلق بالخلق القويم :

- تنمية الصفات الخلقية والاجتماعية المنشودة.
- تنمية صفات القيادة الرشيدة والتبعية الصالحة.

2. أهمية التربية البدنية والرياضية:

يرى المفكر التربوي " هربرت ريد " أن التربية البدنية تساعد إلى حد كبير في تهذيب الإرادة فيقول في هذا الصدد " الوقت الوحيد الذي يمضي على أحسن وجه ". (بوهديه، صفحة 140).

2-1. الأهمية التربوية:

إن للتربية البدنية مكانة مرموقة في النظام التربوي الذي يعتبر اهم النظم الاجتماعية، حيث تعتبر الوسيلة الأساسية في نقل الثقافة وتوظيفها اجتماعيا.

والتربية البدنية نظام مستحدث يشغل الغريزة الفطرية للعب من خلال أهداف تربوية في شكلها وثقافية اجتماعية في جوهرها فهي تقدم خدمات بدنية ورياضية في مجال التربية وبصفة خاصة في المدارس وذلك من خلال معطيات سلوكية يكتسبها الفرد معرفيا وإنفعاليا. (الخولي، 1996، ص 153).

وكتب في هذا الصدد معمر علي حافظ أن " النشاط الرياضي ميدانيا مهمٌ في ميادين التربية وعنصرٌ قويٌّ في إعداد المواطن الصالح، يزوده بخبرات ومهارات واسعة تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه، وتجعله قادرا على أن يشكل حياته، وتعيّنه على مسيرة العصر في تطوره ونموه. (الخولي، 1996، صفحة 48).

كما أكدت نتائج بحث نجوى إسماعيل سنة 1976 على أن الميل للعب وممارسة الأنشطة الرياضية لا يعوق التحصيل الدراسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية بل يساعد عليه بصورة أفضل. وقد إستخلص " willamrs " الوظائف التربوية التي تكتب كنظام قيمة للمشاركين في الرياضة وهي كالتالي:

التحصيل والنجاح - العمل والنشاط - التوجه الخلقى نحو مزيد من الإنسانية، الكفاية والإنتاج العملي، التقدم، التكيف المادي، المساواة، الحرية، المسايرة الخارجية، العلم والتفكير العلمي، القومية الوطنية، الديمقراطية الشخصية المنفردة.

2-2. الأهمية النفسية:

إن برامج التربية البدنية والرياضية التي تتعامل مع الإنسان بكل أبعاده السلوكية فبالإضافة إلى اهتمامها بالجانب البدني والحركي والجانب المعرفي فهي تهتم أيضا بوجود الإنسان وارتقائه وتفاعله الإنساني ككاتب له ذات يعتز بها ويحرص على تأكيدها فهذه البرامج تثرى حياته وتضفي المعنى والمغزى لوجوده وذلك من خلال فرص التعبير الحركية المختلفة والمتنوعة. وقد تناولت بعض الأبحاث والدراسات قضية علاقة التربية البدنية والرياضية لبعض الجوانب التربوية لشخصية التلميذ، تبين أن التلاميذ يميلون إلى الأنشطة الرياضية لإشباع حاجات مثل الأُنسنة والسعادة والترويح والوقاية من الأمراض، كما أكدت دراسات أخرى أن الطلاب المتفوقين في الأنشطة الرياضية يتمتعون بشخصية إنبساطية أكثر من أقرانهم المتأخرين فيها.

كما أوضحت نتائج دراسة " لندة وهينمان " سنة 1928 حول نمط الشخصية والنشأة وأهمية الرياضة في تكوين الشخصية المتوافقة اجتماعيا، وان التلاميذ الرياضيين ليسوا تلاميذ خائبين.

2-3. الأهمية الاجتماعية:

للتربية البدنية والرياضية أهمية اجتماعية حيث تلعب دورا هاما في تحسين أسلوب الحياة وذلك بمساعدة الفرد على إعدادة للحياة المتزنة والممتعة وعلى التكيف مع الجماعة والوسط

الاجتماعي الذي يعيش فيه. فمن خلال أنشطتها تعمل على تدعيم العلاقات الودية وتخلق الصداقة بين أفراد الجماعة.

كما تساهم في بث الطمأنينة داخل المجتمع الذي يعيش فيه الإنسان.

2-4. الأهمية النفسية والاجتماعية:

لقد أكد الكثير من علماء الاجتماع وعلى رأسهم " كوكلي koukly " على أن سلوك الفرد يتشكل من خلال اتصالاته بالجماعة الأولية من أسرته ووجدانية وجماعات اللعب التي يندمج فيها حيث يتوقف توافقه الاجتماعي بدرجة كبيرة على طبيعة وظروف الاتصالات الاجتماعية التي تتم في إطار الجماعات التي يمر بها ويتلقى منها أفكاره .

وقد اعتبر اللعب ابسط أشكال النشاط وأكثره تفصيلا لدى الأطفال، فمن خلاله يكتسب الطفل كل أنماط الخبرات الأساسية الحركية ولا يتم ذلك بمعزل عن التنمية المعرفية أو الوجدانية حيث تتبلور مختلف اتجاهات النمو في إطار ثقافي مجتمعي.

وقد أوضح " Riaget " أن المعرفة الأولية للطفل تتمثل في الحركة، إذ يتخذ الطفل من حركته وسيلة أساسية للمعرفة فيكتشف من خلال اللعب الأنشطة الحركية، العالم المحيط به، ويدرك المفاهيم والرموز والعلاقات من خلال حصيلة لغوية، تنمو وتتطور إلى أن تمكنهم من السيطرة على استجاباته على المستوى النفسي الاجتماعي ومن خلال المعايير والقيم الاجتماعية الثقافية. (الخولي، 1996، صفحة 211).

2-5. الأهمية الصحية:

يؤكد شيخ الأزهر " الشيخ محمود شلتوت " على أهمية الرياضة واللياقة البدنية فكتب " إن سعادة الإنسان معقودة بقوة جسمه وروحه، لان الحياة مليئة بالآلام والآمال وضعيف الروح يعتقد به ذلك عن مصابرة الآلام والوصول إلى الآمال، وكذلك ضعيف الجسم تخور قواه

الجسمية عن مواصلة الحركة فيما يتوقف عن الحركة وليس من الريب أيضا في أن للرياضة البدنية أثرا عظيما في قوة الجسم ومناعته وان للرياضة الروحية أثرا عظيما في قوة الروح وعزيمتها " . (الخولي، 1996، صفحة 46).

كما يذكر المربي الألماني " Guts Mutrs " أن الناس تلعب من اجل أن يتعافوا وينشطوا أنفسهم (الخولي، صفحة 41).

وبالإضافة إلى الدراسات والبحوث الفيزيولوجية أن النشاط البدني المنتظم يساعد على انخفاض نسبة الدهون في الجسم وانخفاض الكوليستيرول في الدم، والذي يتسبب في الكثير من أمراض القلب والأوعية الدموية.

كما أوضحت الدراسات والبحوث في مجالات الطب والتربية البدنية أن النشاط البدني قادر على خفض التوترات والضغوط الانفعالية وسوء التغذية ومحاربة التدخين والإدمان.

وللتمرينات البدنية دور علاجي في تخفيض الأم منطقة أسفل الظهر وعسر الهضم المزمن وظهور العضلات وعلاج تصلب المفاصل، والتأهيل لحالات ما بعد الجراحة. (الخولي، 1996، صفحة 211).

2-6. الأهمية السياسية:

أكد الفرنسي " بوية h.bouet " إن الرياضة من العوامل التي تشكل أنماط جيدة للعلاقات في تكوين وطنية الأفراد... كما أدت إلى عقد المقارنات في النتائج الرياضية فقد قدمت الكثير فيما يتصل بالمساعدة في تأسيس هيئات ومنظمات رياضية محلية وطنية، عالمية، فقدمت لذلك إسهاما كبيرا في التعايش السلمي والتفاهم بين الشعوب...

كما ساعدت الرياضة إلى تدعيم تفاهم بين الأمة اعتمادا على وجود بعض المؤسسات كالقوى الأولمبية حيث يعيش الرياضيون في شكل مجموعات والدليل على ذلك آراء المسؤولين ومناصري الرياضة التي جاءت تدعم إثر الرياضة الحاسم في تطوير النزاعات وامتصاصها. إن الاتصالات الأولى التي جرت بين الولايات المتحدة الأمريكية والصين قدمت بفضل مباراة تنس الطاولة وهي الرياضة التي كانت فيها مستوى اللاعبين الأمريكيين ضعيفا، وكان انهزامهم فيها مؤكدا مما دفع هذا الجانب وذلك التعايش كله إهانة للطرف الآخر.

إن اشتراك الاتحاد السوفياتي سابقا في مباريات رياضية دولية ترمي إظهار التفوق النظامين السياسي والاقتصادي. بالإضافة إلى أن معظم المباريات الدولية التي تشارك فيها كانت مع البلدان الاشتراكية ولا سيما أوروبا الشرقية ويتمثل المبدأ الأساسي " تنمية العلاقات بين الأحزاب الشيوعية والعمال الأشقاء المسؤولين عن التربية البدنية والرياضية وتحديد وظيفة المنظمات الرياضية الوطنية في ميدان السياسة الخارجية " ... (بوهديبة، صفحة 142).

كما أكد بعض الباحثين أن أكثر العوامل المؤثرة في إشتراك الناس في الرياضة وفي التطبع الرياضي في البلدان المتقدمة إنما هو الوعي الإجتماعي بأهمية الرياضة ووعي المؤسسات الإجتماعية بالدور الحضاري والتقدمي الذي يمكن أن تقدمه الرياضة في مجتمعها.

المحاضرة العاشرة

تحت عنوان: أغراض التربية البدنية والرياضية - أساليب التدريس (II)

1-أساليب التدريس:

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية والرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل. وتنفيذ دروس التربية البدنية والرياضية يعتبر من أهم واجبات المدرس، كما ولكل درس أغراضه التربوية إلى جانب الأغراض المهارية والبدنية والمعرفية، إذ يتميز عن غيره من الدروس في الوحدة التعليمية. إن توفر القيادة الرئيسية للأستاذ يساعد على تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية، حيث إن القيادة لها خاصية تؤثر على استجابة التلاميذ لشخصية الأستاذ وتوجيهاته ومن وظائفها الأساسية الوصول بقدرات الفرد إلى أقصى طاقة من النواحي الجسمية، العصبية، العقلية والاجتماعية، فقد لا تؤثر هذه القيادة مالم يحصل المدرس على التكوين المهني الكافي، كي يصبح قادرا على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التربية البدنية والرياضية ويجب أن يدرك المدرس أن مسؤوليته تمتد خارج المدرسة التي يعمل بها إلى المجتمع والمحيط فهو موجود في وسط يؤثر فيه ويتأثر به.

سنتناول كل ما له علاقة الدرس وأساليب الدرس.

الدرس هو العامل الأساسي في العملية التربوية بالمدرسة، وهذا ينطبق أيضا على درس التربية البدنية والرياضية ومن مميزات درس التربية البدنية ما يلي:

- إن مدة درس التربية البدنية تستغرق 45 دقيقة

- الدرس جزء من وحدة دراسية متكاملة، ويقوم بإتمام وظيفة هامة فيها ويشكل الدرس كل متكامل في حد ذاته له أهدافه الخاصة به.

فلكل درس وظيفة محددة بداخل وحدة دراسية ويمكن لإدارة التربية والتعليم مساعدة المدرس بتقديم نماذج عامة للدروس المختلفة على أن يقوم المدرس بتشكيل هذه النماذج حسب متطلبات الموقف في الفصل "بقاء وتشكيل الدرس بين قدرات ومهارات المدرس الابتكارية" (Logsdon. B.J، 1977، P 59). والتي تتمثل في زاده العلمي في تخصصه.

2. أساليب التدريس الحديثة في مجال التربية البدنية والرياضية:

تعد الأساليب إحدى الركائز الأساسية لعملية التدريس الفعال في مجال التربية البدنية والرياضية حيث أن التدريس الفعال لا يعتبر مجرد وظيفة يقوم بها كل من سولت له نفسه لاختيارها بل هو عملية تصميم مشروع متعدد الجوانب له حدود ومرتكزات معلومة ترتبط مباشرة مع خصوصيات تلك الفئة التي تقوم بتدريبها ولهذا فان فهم هذه الخصوصيات والعوامل المؤثرة في عملية التدريس تعتبر من بين القواعد الأساسية التي يجب على العاملين في ميدان التدريس معرفتها وتفهم مختلف الفقرات التي تتخذ من أجلها القرارات لبناء أساليب التدريس

ونظرا لأهمية هذا الموضوع وما ماله من علاقة في تطوير عملية التدريس فان الرجوع إليه والتفصيل فيه يعد ضرورة من ضروريات البحث حتى نعطي للمطلع عموما ومدرس التربية البدنية وطلاب كليات التربية البدنية والرياضية خصوصا القاعدة في بناء أساليب التدريس والمعرفة في اختيارها والتدرج في تطبيقها.

1.2. الأسلوب الأمرى:

أ- تحليل الأسلوب الأمرى:

إن الذي يقوم باتخاذ القرارات عادة خلال مراحل عملية التدريس والتعلم هما كل من المدرس والتلميذ، ولكن الأسلوب الأمري يعتبر هو الأسلوب الأول في مجموعة الأساليب بحيث يتميز بقيام المدرس باتخاذ جميع القرارات في بنية وتركيب هذا الأسلوب وبالتالي فإن دور المدرس هو "اتخاذ جميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس (التحضير والتهيؤ) ومرحلة الدرس (الأداء) وكذلك في مرحلة ما بعد الدرس (التقويم)" (بسطوسى، السامرائى، 1984، صفحة 28) ، ومن ناحية فان دور التلميذ يكون مطيعا لكل الأوامر الصادرة من طرف المدرس (الأداء - الالتزام بالتعليمات).

إن جوهر هذا الأسلوب هو العلاقة الآتية والمباشرة بين الحافز الذي يعطيه المدرس وبين الاستجابة التي يقوم بها التلميذ أن الحافز (الإشارة الأمر) الصادر من المدرس يسبق كل حركة يقوم بها التلميذ إسنادا إلى النموذج الحركي الذي يقوم بوضعه المدرس ولهذا فان جميع القرارات المتخذة حول المكان والوضع ووقت البدء الإقاع

والوزن ووقت التوقف والمدة كلهم يتم اتحاد القرار فيها من طرف المدرس، ومن الناحية التخطيطية يبدوا الأسلوب الأمري كما يلي:

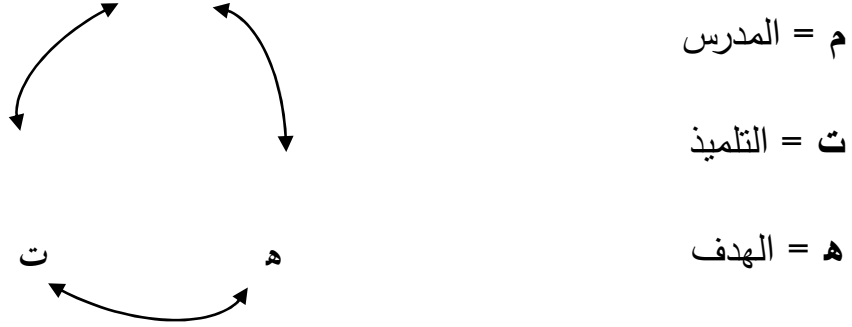
م	
(م)	مرحلة ما قبل الدرس
(م)	مرحلة الدرس
(م)	مرحلة ما بعد الدرس

شكل رقم (1): يبين الأسلوب الأمري (ويشير الحرف (م) إلى دور المدرس ضمن

مرحلة معينة في الأسلوب الأمري حيث يتخذ المدرس جميع القرارات في المرتحل الثلاث

ب- أهداف الأسلوب الأمرى:

عند الأخذ بنظر الاعتبار العلاقة بين المدرس والهدف والتلميذ وكما هو بالنسبة للجانب الأساسى للعلاقات (موضح فى الشكل رقم (14) فان الأدوار المحددة لكل من المدرس والتلميذ إلى مجموعة معينة من الأهداف.



الشكل رقم (2) : (يوضح علاقة بين المدرس والهدف والتلميذ)

وعند قيام المدرس باتخاذ جميع القرارات المتضمنة فى بناء وتركيب الأسلوب وعندما يقوم التلميذ بالالتزام بهذه القرارات فانه نتيجة لذلك يتم التوصل إلى الأهداف التالية:

- استجابة مباشرة للحافز
- الانتظام أو التماثل
- الانسجام
- الأداء التوافقى
- تعزيز الحيوية والنشاط المشترك للمجموعة
- السلامة
- الكفاءة فى الوقت المستخدم
- التقبيد بشكل أو نموذج يكون معا سالفًا

- تكرار النموذج الحركي
- دقة والاستجابة وأحكامها
- إدامة التقاليد الثقافية والاجتماعية
- الحفاظ على المعايير الجمالية

وإذا كان أي من هذه الأهداف هي أهدافك، فإن الأسلوب الأمري سوف يتصل إليها عندما يكون العمل منسجم مع الهدف وهناك أمثلة عديدة عن هذه العلاقة مثل السباحة التوافقية، تمارين الإيروبيك، تمارين الفرقية... الخ.

ج - تطبيق الأسلوب الأمري:

إن الإشكال الذي يطرح للمدرس الذي يود استخدام هذا الأسلوب في أدوار وحدة تدريسية أو مجموعة من الوحدات هو ما ميزة أو شكل العلاقة بين المدرس والتلميذ؟ كيف يتم ترجمة هذا الكم النظري من السلوكات إلى تصرفات فعلية في مجال التدريس والتعلم؟ كيف تتم معرفة المدرس لتوصل إلى أهداف هذا الأسلوب؟

د - وصف الوحدة التدريسية:

يجب أن تعكس الوحدة التدريسية في الأسلوب الأمري جوهر العلاقة التالية ك:

يقوم المدرس باتخاذ وجميع القرارات بينما يقوم التلميذ باستجابة لكل قرار منها بحيث تستمر حالة الانسجام بين سلوك التعلم وسلوك التدريس في كل مرحلة وذلك بإعطاء إشارة الأمر لكل حركة من الحركات ويقوم التلميذ بأدائها تبعاً لذلك " ويحتاج المدرس الذي يود استخدام هذا الأسلوب إلى الإلمام والاطلاع التام على تكوين أو بنية اتخاذ القرار (تحليل هذا الأسلوب) ومجموعة القرارات وتسلسلها والعلاقات الممكنة بين الإشارات الأمرية والاستجابات المتوقعة وملائمة المهارة وقابلية ومستوى التلاميذ" (خفاجة، 1989، صفحة 60).

هـ- كيفية القيام بالأسلوب الأمرى :

توضح الخطوات الآتية الفائدة المتوخاة من تحليل الأسلوب الأمرى إن هذه العملية تتضمن القرارات التي تتخذ في مرحلة كل من مرحلة ما قبل الدرس ومرحلة الدرس ومرحلة ما بعد الدرس.

* مرحلة ما قبل الدرس (التهيؤ):

إن الغرض من القرارات التي تتخذ في مرحلة ما قبل الدرس هو التخطيط لعملية التفاعل بين المدرس والتلميذ، أن دور المدرس هو اتخاذ القرارات حول الفقرات التي تتم تحديدها (مراحل).

ويذكر 'موسكا، م وسارة.أ' على أن المدرس في مرحلة التخطيط يراعى النقاط التالية: (موستن، سارة، 1991، صفحة 25).

- تحديد الموضوع الدرس.
- تحديد مجمل أهداف الدرس، الجمل الرئيسية التي توضح أهداف الدرس والإنجاز المتوقع.
- المهارة الخاصة: تحديد وشرح المهارات الخاصة التي سوف يقوم بأدائها التلميذ للوصول إلى الهدف العام للمهارة.
- الأهداف: يعتبر الهدف من الوحدة التدريسية السبب في اختيار المهارة المعينة.
- الأسلوب: تحديد الأسلوب والذي من خلاله سوف يتم توصل إلى الهدف.
- الإجراءات التنظيمية والإدارية: من اجل الوصول إلى الهدف ضمن الأسلوب المختار فإنه يجب اتخاذ جملة من القرارات والتي تتعلق بطريقة إدارة وتنظيم وحدة التدريس وتتمثل فيما يلي:

أ- تنظيم التلاميذ

ب- تنظيم الأدوات

ج- ورقة الواجب الخاصة بالمهارة

- الوقت : تحديد الفترة الوقت الخاصة لتحقيق الهدف من المهارة

- الملاحظات: وهى بعض الملاحظات التي تظهر أثناء التنفيذ وذلك لتفاديها خلال

الحصة القادمة.

*** مرحلة الدرس (الأداء):**

وتعنى هذه المرحلة الوقت المخصص للأداء، إن الغرض من مجموعة القرارات التي تتخذ خلال الأداء هو الأشغال التلاميذ في مشاركة فاعلة والالتزام بالقرارات الخاصة بهذه المرحلة التي من خلالها يتم تحويل الهدف النظري للمهارة إلى حيز تطبق عمل وفى الأسلوب الأمري (السامرائي، 1987، صفحة 32) كسائر الأساليب الأخرى يكون من الواجب على التلاميذ معرفة وفهم الأشياء المتوقعة للوحدة الرئيسية التدريسية، لذلك يجب على المدرس اتخاذ سلسلة من قرارات لتهيئة المشهد أو الوحدة التدريسية ضمن الأسلوب الأمري، إن إعداد المشهد يتطلب العناصر التالية:

- توضيح أدوار كل من المدرس والتلميذ

- شرح موضوع الدرس

- توضيح الإجراءات التنظيمية والإدارية التي تستخدم في إدارة وتنظيم الصف

■ توضيح الأدوار:

- يقوم المدرس بتوضيح انه عندما يكون كل من المدرس والتلميذ وجها لوجه فانه يمكن

اتخاذ القرارات المتخذة سواء من المدرس أو التلميذ.

- يمكن توزيع هذه القرارات بين كل من المدرس والتلميذ بطرق متعددة استنادا إلى الغرض العلاقة في وقت معين وفعالية معينة.
- إن أحد الإجراءات أو الترتيبات هي العلاقة التي يكون فيها دور المدرس هو اتخاذ جميع القرارات ويكون دور التلميذ هو الالتزام بهذه القرارات وأدائها والاستجابة لكل قرار منها.
- إن الغرض من مثل هذه العلاقة والتي تسمى الأسلوب الأمري هو التكيف والملائمة الاستجابة الآتية من قبل التلميذ من أجل تعلم مهارة المطلوبة بشكل دقيق وسريع.
- إن تسهيل عملية توصيل إلى الهدف المطلوب يتم من خلال سلسلة من العمليات مثل تكرار الأداء، دقة وأحكام الأداء، والأداء المنسجم والمتوافق.

■ شرح موضوع الدرس:

- يقوم المدرس بعرض المهارة بكاملها أو أجزاء منها والمصطلحات الخاصة بها، ثم تحديد النموذج أو الشكل الحركي الخاص بالأداء.
- يمكن أن يتم عرض المهارة بواسطة (الفيديو) والصور وان يكلف طالب متمكن بأداء المهارة حسب النموذج أو الشكل المطلوب.
- يقوم المدرس بتوضيح التفاصيل الضرورية التي تساعد فهم المهارة.
- يمكن تغيير وقت المخصص للعرض وذلك حسب درجة صعوبة المهارة وتنفيذها.

■ توضيح الإجراءات الإدارية والتنظيمية:

- تحديد المدرس الإشارات الخاصة بالاستعداد والتهيؤ وكذلك الإشارات الأمرية الخاصة بالوحدة التدريسية ويمكن تغيير ذلك من خلال الوحدة التدريسية لكي تتسجم أو تتلاءم مع الأوجه المختلفة لموضوع الدرس.

- تحديد الإجراءات الأخرى اعتمادا على موضوع الدرس.

عند هذه النقطة يكون كل من مدرس والتلميذ على استعداد لبدء النشاط والذي يعتبر أساس مرحلة الدرس (الأداء) ويقوم التلميذ بعد ذلك بالعمل بموجه الإشارات الأمرية من المدرس.

* مرحلة ما بعد الدرس (التقويم):

إن القرارات التي يتم اتخاذها من قبل المدرس في المرحلة ما بعد الدرس (التقويم) توفر للمتعلم أو التلميذ التغذية العكسية حول أداء المهارة أو الواجب الحركي وكذلك حول مستوى أداء التلميذ ودوره في الالتزام بالقرارات التي يتخذها المدرس.

و- مميزات الأسلوب الأمرى:

يتميز الأسلوب الأمرى بالحركة، ذلك أن تكرار الحركة عند كل مهارة من المهارات سوف يؤدي إلى التطور البدني من خلال استخدام هذا الأسلوب كما انه يستغرق اقل وقت ممكن للقيام بعملية العرض والإيضاح من قبل المدرس وهذا يعنى إن الوقت المخصص للأداء يكون كبيرا، ويذكر عباس' احمد صالح السمرائى' إن الأسلوب الأمرى يتميز بما يلي: (عباس أحمد صالح السامرئى، وعبد الكريم السامرئى، عباس أحمد صالح السامرئى، وعبد الكريم السامرئى، 1991، صفحة 36).

إن استخدام هذا الأسلوب مع صغار السن مناسب جدا.

- يمكن استخدامه مع المبتدئين في ممارسة المهارة.
- يمكن استخدامه أثناء المهارات الصعبة وذلك للسيطرة على وضع العمل.
- يمكن استخدامه في تصحيح الأخطاء الشائعة في الفعالية والأخطاء الفردية.

ويرى الباحث أيضا إذ ما أراد المدرس السيطرة على الصف فعليه استخدام وهذا الأسلوب كما أن استعمال هذا أثناء تدريس المهارات الصعبة والخطيرة والتي يمكن أن تشكل إصابات على صحة التلميذ يعد مناسب وفعال لتفادي ذلك.

ز - عيوب الأسلوب الأمرى:

كما يتميز الأسلوب الأمرى بمزايا عديدة فمن جهة أخرى يلاحظ عالية جملة من العيوب ويذكرها 'عباس احمد صالح السمرائى فيما يلي: (السامرائى، صفحة 37).

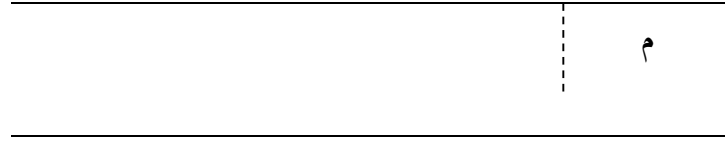
لا يأخذ الفروق الفردية في القابليات بين التلاميذ

- لا يعطى الفرصة الكافية للتلميذ في المشاركة في اخذ القرار
 - لا يعطى للتلميذ الحرية في الإبداع
 - لا يشجع على التعاون بين التلاميذ للوصول إلى الإنجاز الثمر
 - عدم ووضوح الغرض العام من العملية
- د- قنوات التطور في الأسلوب الأمرى:

إن التعرف على مستوى النمو (تطوير) في كل أسلوب يفرض علينا فحص أربع قنوات وهى البدنية، الاجتماعية، الانفعالية، المعرفية، وكل فرد يمكن أن يتحرك في هذه القنوات من أدنى إلى أقصى نمو بينهما ولكي يكون افتراضنا مقبولا عن العلاقة بين أسلوب معين وقنوات النمو فيه يجب أن تستخدم محكا أو أكثر وهذه المحاكات يمكن أن تكون درجة الاستقلالية أو درجة الاعتماد على الغير، أو الابتكار، أو النشاط الجماعي، وربما غير ذلك ويختلف مكان الفرد على القنوات المختلفة باختلاف المحاكات (جبر، 1992، صفحة 86)، وعند فحص محك الاستقلالية نتساءل عن مدى استقلالية الفرد في الأسلوب الأمرى لاتخاذ قرارات عن كل من قنوات النمو، فمادام دور التلميذ هو التبعية والطاعة، فمكانه في القناة البدنية يتجه نحو

الأدنى استقلالية فالتلميذ لا يتخذ قرار شان ذلك بينما المدرس هو الذي يفعل ذلك، ويحتاج النمو الاجتماعي إلى تفاعل اجتماعي فلا طالما جميع القرارات يتخذها المدرس فوضع المتعلم علة قناة النمو الاجتماعي يتجه نحو الحد الأدنى له، كما أن القناة الانفعالية تشير إلى الراحة النفسية والقدرة على القبول الذي في متابعة الأعمال البدنية ومكان المتعلم على هذه القناة قد يكون له شقين فالبعض يفصل التلقين من الغير ويكون هنا اتجاه القناة نحو الحد الأقصى والبعض الآخر لا يحب ذلك وهنا بالطبع يكون اتجاه القناة الانفعالية نحو الحد الأدنى له.

وفي الأسلوب الأمري لا ينشغل التلميذ في كثير من العمليات المعرفية، فالعملية المعرفية الرئيسية هي التذكر وإذا كان اهتمامنا منصب على عملية التذكر وحدها فان اتجاه القناة المعرفية يكون نحو الحد الأقصى ولكن النمو المعرفي يعنى يشترك في عدة عمليات مثل المقارنة والمضاهاة وتصنيف، وحل المشكلة، ووضع الفرص الابتكارية (محي الدين، 2000، صفحة 91)، وهذا الأسلوب لا يسعى إلى ذلك، وفي هذه الحالة يكون اتجاه القناة المعرفية نحو الحد الأدنى والشكل التالي يوضح قنوات تطوير في الأسلوب الأمري.



المنظور الاستقلالي

أقصى ← ————— → أدنى

————— x	النمو البدني
————— x	النمو الاجتماعي
————— x	النمو الانفعالي
————— x	النمو المعرفي

شكل رقم (3) : قنوات النمو في الأسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأسلوب الأمرى

2.2. الأسلوب التدريبي:

الطريقة التدريبية هي الأكثر الطرائق السائدة والملائمة لدروس التربية الرياضية، إن انتقال عدد معين من القرارات من المدرس إلى التلميذ يؤدي إلى خلق علاقات جديدة بين المدرس والتلميذ والواجبات الحركية أو المهارات وبين التلاميذ وأنفسهم.

"إن الأسلوب التدريسي يؤدي إلى واقع جديد فهو يوفر صروفا جديدة في عملية التعلم، ويتوصل إلى مجموعة من الأهداف حيث إن قسما من هذه الأهداف له علاقة بأداء المهارات بينما القسم الآخر له علاقة باتساع نطاق دور الفرد في هذا الأسلوب " (موستن وساره، صفحة 45) ويقول 'ناهد محمود السعد' "إن تحويل بعض القرارات من المعلم إلى التلميذ تنتج عنها

مواقف وعلاقات جديدة بين التلاميذ أنفسهم أو بين التلميذ والأعمال التي يؤديها أو بين المدرس والتلميذ نفسه. إن هذا الأسلوب في التدريس يكون البداية في العملية الانفرادية في تنفيذ القرار، فالمدرس يجب أن يعتاد تدريجياً على ترك (الأوامر) لكل نشاط داخل الدرس " (موستن وساره، صفحة 45)، ويذكر محسن 'محمد حمص'، الأسلوب التدريسي "يسمح للتلميذ بالاستقلالية في عملهم في بعض الممارسات داخل الدرس، وخاصة في الجزء التطبيقي والممارسة للمهارات الحركية وبذلك تتاح فرص الاعتماد على النفس ومحاولة اكتساب الأداء الفني للمهارة وإتقانها" (حمص، 1998، صفحة 93) ولكن نستطيع تصميم هذا الأسلوب في العملية التدريسية وترك بعض الاستقلالية لممارسة لذي التلميذ علينا أن نقوم ببعض التغيرات وذلك بتحويل المواقف الدرس وخاصة في القسم الرئيسي ومنحها إلى التلاميذ في مرحلة أثناء سير الدرس.

وما يلاحظه الباحث هناك انتقالاً تدريجياً للقرار من المدرس إلى التلميذ وهذا الإعطاء المتعلم فرصة في اشتراك القرار أحسن من الأسلوب الأمري الذي هو بيد المدرس كله.

أ- توضيح الأدوار والأهداف في الأسلوب التدريبي:

كما ذكرنا سابقاً أن في هذا الأسلوب هو بداية التحرر لتلميذ في اتخاذ ولو بعض القرارات الممنوحة له.

وبهذا الخصوص تذكر 'عفاف عبد الكريم' "انه بإمكان المتعلمين في هذا الأسلوب أن يمارسوا الاستقلالية في أول درجتها" (عبد الكريم، 1994، صفحة 99) وبالتالي يضع الأسلوب أما مهم أدواراً مختلفة لكل من المعلم والمتعلم بشرحها موسكا موشن وسارة أ. كما يلي: (موستن وساره، صفحة 50).

- اتخاذ القرارات التسعة التي انتقلت إلى التلميذ في مرحلة الدرس (الأداء).

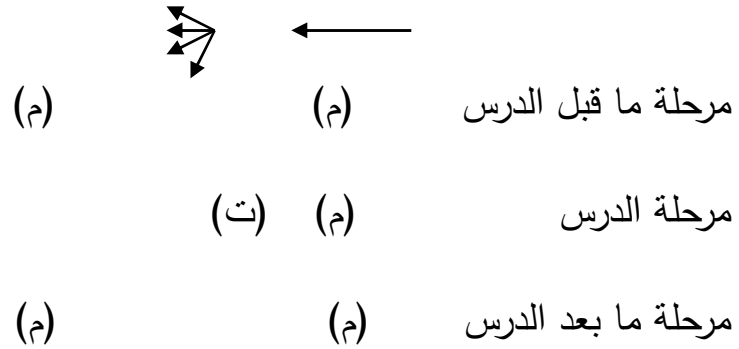
- من خلال التجربة يتم التوصل إلى إدراك إن عملية اتخاذ القرار يجب إن تتلاءم وعملية تعلم المهارة.
- اكتساب الخبرة بخصوص البداية التي تتميز بالصفة الفردية عن طريق العمل بشكل فردي لفترة من الوقت.
- لمعرفة واكتساب الخبرة بالوحدات التدريسية في أسلوب التدربي التي يأتي أما بعد أو قبل الوحدات التدريسية في الأسلوب الأمري ولتعلم عملية انتقال القرارات والانتقال بين هذين الأسلوبين.
- للتعرف على نوع جديد من العلاقة بين المعلم والتلميذ فرد-فرد والتي من مظاهرها الانتظار لاستسلام التغذية العكسية بشكل فردي أو خاص.
- القدرة على تقبل أداء شخص ما للواجب الحركي وبدون مقارنة ذلك مع الآخرين وقبول مسالة إعطاء القرارات بشكل فردي ضمن الفقرات التسع.
- احترام دور وأدوار التلاميذ الآخرين والقرارات التي يتخذونها ضمن الفقرات التسع.
- يكون الفرد هو المسؤول عن نتائج اتخاذ القرارات التسعة.
- مثمًا يحقق الأسلوب الأمري من جملة الأهداف فان الأسلوب التدربي هو كذلك يحقق جملة أهداف أيضا وما دامت الصفة المميزة للأسلوب الأمري هي ربط علاقة قوية بين أوامر المدرس واستجابة التلميذ فان الصفة المميزة بهذا الأسلوب هي بداية الاستقلال والتحرر في بعض الأعمال حيث أن التلميذ يقوم باتخاذ القرارات الممنوحة له بنفسه وعليه فان هذا الأسلوب يحقق الأهداف التالية: (موستن وساره ، صفحة 47).

- إن التلميذ يتعلم اتخاذ القرارات الممنوحة له.
- التلميذ يستطيع العمل بمفرده لفترة من الوقت.
- يتعلم التلميذ اتخاذ القرارات المتتابعة.
- يتعلم التلميذ اتخاذ القرارات المتتابعة.

- يتعلم التلميذ انجاز الأعمال ضمن الوقت المخصص او المسموح.
 - يستطيع التلميذ تحقيق بعض الأعمال المبدعة.
 - يتعلم التلميذ كيفية تلقى التغذية الراجعة الفردية أو الخصوصية.
 - تعلم كيفية التعامل مع السقوط والإحباط والفشل وكذلك تعلم متعة النجاح والفوز.
- ب- وصف تطبيق الأسلوب التدريبي:

يعتبر الأسلوب التدريبي هو الأسلوب في مجموعة الأساليب يتطلب من التلميذ اتخاذ بعض القرارات خلال الوحدة التدريسية إن الوحدة التدريسية في الأسلوب التدريبي تؤدي إلى إيجاد واقع جديد يقوم فيه التلاميذ بالتدريب ليس فقط على أداء المهارة وإنما عملية اتخاذ القرارات ضمن الفقرات التسع وبشكل سليم ومدروس كما بينه الشكل التالي (السامرائي، صفحة 96).

	ب	م
--	---	---



شكل رقم 4 : يبين تحليل الأسلوب التدريبي

وفى هذا الأسلوب يتغير محور سلسلة الأحداث وتنشأ علاقة جديدة بين المدرس والتلميذ" حيث يقون المدرس بممارسة عملية الثقة بالتلميذ من حيث اتخاذ القرارات المناسبة أثناء أداء الواجب الحركي، بين يتعلم التلميذ الاستقلالية وبشكل ينسجم مع أداء الواجب الحركي (جبر، 1992، صفحة 56).

* وصف الوحدة التدريسية:

يجب أن تعكس الوحدة التدريسية في أسلوب تدريبي جوهر العلاقة الجديدة بين كل من المدرس والتلميذ ومن خلالها يقوم المدرس بشرح الأسلوب (بدءا بتوضيح كيفية انتقال القرارات التسعة) ثم يقوم المدرس بعرض المهارة أو المهارات بما بلأتم وما حضره وهيئته من إجراءات تنظيمية وكذلك يتدخل لإعطاء التغذية العكسية لجميع التلاميذ أن دور التلميذ هو الإصغاء والانتباه إلى توقعات الوحدة الرئيسية واستلام المعلومات الخاصة بالواجب الحركي، واتخاذ القرارات التسعة أثناء أداء المهارات ومن أوجه الاختلاف بين الأسلوب الأمري والأسلوب التدريسي هو استخدام عامل الوقت، وما لاحظناه في الأسلوب السابق هو أن أي إشارة لا تكون إلا بادن من المدرس ولكن بالنسبة للأسلوب الثاني فهناك متسع من الوقت للتلميذ من أجل التدريب على المهارة ويعد تحديد وقف البداية لكل المهارة والإيقاع والوزن الحركي للأداء، إن عامل الوقت مهم بالنسبة لعمليتي تعلم المهارة أو اتخاذ القرارات التسعة خلال التدريب على المهارة وفي هذه الحالة يكون المدرس بانتقال هنا وهناك لمراقبة المحاولات الفردية التي يقوم بها كل تلميذ وهنا يتدخل عند كل حالة تتطلب التغذية الراجعة وبشكل فردي.

وما يستنتجه الباحث في هذا الأسلوب هو عملية تكرار العلاقة التي تحدث بين المدرس والتلميذ يقوم المدرس بعرض وشرح المهارة ثم يقوم التلميذ بأدائها لفترة من الوقتي بعد ذلك يقوم المدرس بمراقبة الأداء وإعطاء التغذية العكسية.

إن هذه العملية تتضمن اتخاذ القرارات في كل من مرحلة ما قبل الدرس ومرحلة الدرس
ومرحلة ما بعد الدرس

مرحلة ما قبل الدرس:

مثلما رأينا في الأسلوب الأمري فإن دروس المدرس يكمن في اتخاذ جميع القرارات في
هذه الفترة، لكن الاختلافين الرئيسيين هما:

- 1- الإلمام التام بعملية انتقال القرارات التي سوف تتم خلال فترة الدرس الأداء.
- 2- استخدام المهارات التي تقتضي إلى استخدام هذا الأسلوب أو تساعده على استخدامه.

فترة الدرس (الأداء):

بما أن بنية أو تركيب هذا الأسلوب تضع أدوارا مختلفة أو جديدة بالنسبة للمدرس
أو التلميذ فإنه يجب توضيح روح أو جوهر الأسلوب التدريبي وكذلك عملية انتقال القرارات
التسعة إلى التلاميذ وحسب 'موسكا موستن' يجب أن نلتزم بالنقاط التالية بالنسبة للوحدة
التدريسية.

- يهيب المدرس المشهد عن طريق دعوة التلاميذ للوقوف أو الجلوس حوله.
- يحدد المدرس أهداف الأسلوب.
- أ- إعطاء الوقت اللازم لكل تلميذ بالعمل بصورة فردية.
- ب- توفير الوقت اللازم للمدرس لإعطاء تغذية الراجعة الفردية والجماعية.
- يوضح المدرس دور التلميذ وكذلك عملية اتخاذ القرار من قبله وفي البداية يقوم
المدرس بتسمية القرارات التسعة.
- يوضح المدرس الدور الذي يقوم به هو:

أ- مراقبة الأداء وإعطاء التغذية العكسية بشكل خاص أو فردي.

ب- يكون متواجد للإجابة على أسئلة التلاميذ.

- يقوم المدرس بتقديم المهارة أو المهارات كما يجب أن يكون ملما بالمحتويات التالية:

أ- المضمون: لكل واجب حركي مضمونا معيناً لما هو المطلوب القيام به.

ب- الطريقة: يمكن عرض كل مهارة من المهارات بالصيغ المختلفة السمعية البصرية

المرئية.

ج- التنفيذ: يمتلك المدرس الخيار حول الطريقة التي يتحدث بها عن المهارة وان طريقة

عرضها أو كلاهما إن خيار المدرس يعتمد على نوع المهارة وطبيعة الحالة المطلوبة.

د- الوسيلة أو الأدوات: هناك وسائل عديدة يمكن بواسطتها إيصال المهارة، المدرس

نفسه، أو ورقة المعلومات... الخ لذا يجب اتخاذ القرار المناسب.

إضافة إلى ذلك يجدد المدرس عدد مرات أداء كل مهارة من المهارات وفترة الأداء المهارة

وتسلسلها.

- إلى هذه النقطة يصبح التلميذ على اطلاع ومعرفة بطبيعة الأدوار ونوع المهارات التي

سوف تستخدم أثناء الدرس وبعد ذلك يقوم المدرس بتجديد الاسس أو المعايير والإجراءات

التنظيمية والإدارية للوحدة التدريسية.

- وعندما تتم تهيئة كل ما هو مطلوب يطرح المدرس السؤال التالي: هل هناك أي

سؤال؟ بإمكانك البدء عندما تكون مستعداً.

- يبدأ التلاميذ في اتخاذ القرارات التي انتقلت إليهم وذلك خلال فترة الدرس "حيث يتفرق

التلاميذ، ويقوم كل منهم باتخاذ القرار المناسب حول المكان الذي يقف فيه ويواصل التدريب

على الواجب الحركي واتخاذ باقية القرارات" (عبد الكريم، صفحة 95).

- يقوم المدرس بمراقبة بدايات الوحدة التدريسية ثم ينتقل هنا وهناك لبيدأ عملية الاتصال مع التلاميذ.

فترة ما بعد الدرس:

إن الغرض من فترة ما بعد الدرس هو إعطاء التغذية العكسية لجميع التلاميذ ومن أجل القيام بذلك يقوم المدرس بانتقال من تلميذ لآخر مراقبا مستوى أداء التلميذ وكيفيته في اتخاذ القرار وبعدها عطائه التغذية العكسية يمر لتلميذ آخر وعند القيام بهذه المهمة يجب على المدرس الأخذ بعين الاعتبار الأمور التالية: (عبد الكريم، صفحة 95).

أ- تحديد التلاميذ الذين ارتكبوا الأخطاء عند أداء المهارة وفي عملية اتخاذ القرار بشكل سريع.

ب- إعطاء التغذية العكسية التصحيحية للتلميذ بشكل فردي.

ج- التقاء مع التلميذ للتأكد من الأداء وبعد ذلك الانتقال إلى التلميذ الذي يليه.

د- الانتقال كذلك أولئك التلاميذ الذين يكون أدائهم صحيح وإعطائهم التغذية العكسية واتخاذ القرارات التسعة بالمستوى المطلوب.

هـ- هناك بعض المهارات تحتاج إلى وحدتين تدريسيين أو ثلاثا من أجل ملاحظة كل تلاميذ الصف.

ز- إمام المدرس بالخيارات التغذية العكسية تصحيحية، دقيقة، محايدة أو غامضة.

ط- إن أهمية عملية الاتصال بين المدرس والتلميذ فردا لفرد والتغذية العكسية الفردية

تتنسب تأييد التربويين

لفترة من الوقت والأسلوب التدريبي ضمن حدوث مثل هذه العملية حيث يتوفر الوقت الكافي للاتصال بالتلميذ وفي البعض من الوقت تبرز ضرورة التغذية العكسية الجماعية للتلاميذ.

وفي نهاية الدرس يتم جمع التلاميذ لأداء الجزء الختامي وهو عبارة عن (احتفال) يستمر لبضعة دقائق حيث يتخذ أشكالاً عديدة فمثلاً يمكن مرتجعة الأشياء التي تعلمها بصورة سريعة أو معينة الدرس القادم إن لحصة الختام تمنح.

ج- مميزات الأسلوب التدريبي:

يعتبر الأسلوب التدريبي أكثر استقلالية من الأسلوب الأمري فإنه يمنح نوع من الحركة المحدودة (خلال مرحلة الأداء) للتلاميذ ومن مميزاته ما يلي: (السامرائي، 1991، صفحة 36)

- يمكن استخدام الأسلوب التدريبي مع مجموعة كبيرة من التلاميذ
- يساعد على إظهارها المهارات الفردية والإبداع
- يعطى الفرصة الكافية للتلاميذ لممارسة الفعالية
- يعلم التلاميذ من مشاهدة المدرس في الوضع الذي يختارونه
- يمكن التلاميذ من مشاهدة المدرس في الوضع الذي يختارونه
- العمل بصورة استغلالية وفق منظور قواعد الدرس

د- عيوب الأسلوب التدريبي:

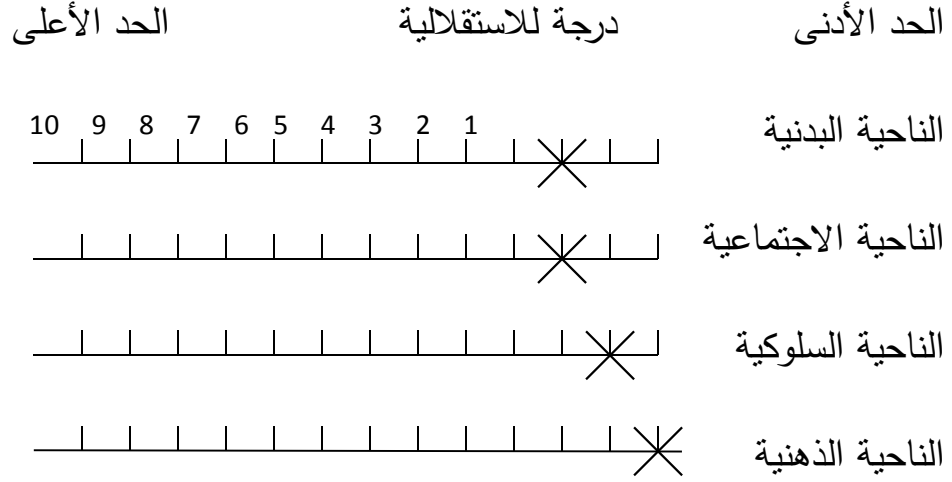
من سلبيات هذا الأسلوب ما يلي: (محي الدين، 2000، صفحة 42).

- لا تكون السيطرة على الحركات الفعالية دقيقة
- لا يمكن قيام الأعمار بهذا الأسلوب إذ يحتاج التلاميذ إلى خلفية جيدة في تلك اللعبة

- يأخذ وقتا طويلا من الدرس
- يحتاج إلى أدوات وأجهزة كثيرة

هـ- قنوات التطوير في الأسلوب التدريبي:

إذ ما استعملنا الاستقلالية مقياسا في تلك القنوات فيمكننا أن نستنتج ما يأتي:



شكل رقم 5 : بين درجات النمو الأسلوب التدريبي

■ القناة البدنية:

في هذا الأسلوب يكون التلميذ أكثر استقلالية في اتخاذ القرارات أخذا بنظر الاعتبار انجازه البدني ولذلك فموقع التلميذ في هذه القناة يميل قليلا باتجاه الأعلى ويمكن تفسير ذلك بان التلميذ يتمرن ويتدرب بمفرده ولا حاجة لانتظار أوامر من المدرس لكل حركة فهناك احتمال تطور الجسمي في المستقبل.

■ القناة الاجتماعية:

إن عملية اتخاذ القرار الوقوف في مكان ما يخلق حالات جديدة من العلاقات الاجتماعية في الدرس فالتلميذ يمكنه اختيار مكان قريب من أحد التلاميذ أو اختيار مكان قريب من زملائه فموقع التلميذ نحو الأعلى في هذه القناة.

■ القناة السلوكية:

عندما يحصل التطور البدني والاجتماعي فالاستنتاج الذي يمكن أن نلمسه هو أن التلاميذ سوف يحملون مشاعر طيبة باتجاه بعضهم البعض ولذلك فموقع التلميذ في هذه القناة سوف يكون نوعا ما قليلا باتجاه الأعلى

■ القناة الذهنية:

هناك تغيير بسيط في موقع القناة الذهنية حيث أن التلميذ سوف يشارك بعملية التذكر وسوف يكون موصفا للوصف الصادر من المدرس و لا يحيد عنه ف الحقيقة هناك تحول قليلا جدا عن الحد الأدنى بناء على اتخاذ بعض القرارات.

يستنتج الباحث في هذا الأسلوب أن المدرس يتعلم كيف يشجع اتخاذ القرارات من قبل التلميذ ويجعلها من مسؤوليته كما انه يتق بالتلميذ الذي يستخدم هذه القرارات بصورة مستقلة خلال تدريبيه وفي الحقيقة أن هناك ظاهرة جديدة بين المدرس والتلميذ في العلاقة وهذه الظاهرة هي الاستقلالية لذي التلميذ بعض الشيء، ولذلك لأنهم يعملون بقرارات مستقلة في ستة محطات آخذين على عاتقهم انجاز العمل وفق منظور ما يفيدهم وما يبدعون به حسب مسارات الشرح والغرض والتغذية الراجعة التي يقدمها المدرس.

المحاضرة الحادي عشر

تحت عنوان: أغراض التربية البدنية والرياضية - أساليب التدريس (III)

3.2. الأسلوب التبادلي:

إن هذا الأسلوب يعتبر بين الأساليب الجيدة والذي يمكن استخدامها بصورة فعالة مع التلاميذ الذين يودون امتهان التدريس أو التدريب، لأنه يفتح المجال أمامهم في اخذ القرارات المناسبة، ويمكنهم استخدام التغذية الراجعة بصورة واسعة كما أن نتائج الانجاز الفردي تكون واضحة من خلال العملية التطبيقية لهذا الأسلوب.

إذ أن من الحقائق الملموسة إلى تؤثر في التعلم وتحسين الانجاز هو معرفة نتائج العمل وفي ضوء ذلك يكون من الممكن إعطاء التغذية الراجعة للأمور التي يمكن تصحيحها من خلال مراقبة الزميل أو من قبل المدرس

أ- تحليل الأسلوب:

التغذية الراجعة هي واحدة من الحقائق التي تؤثر في المتعلم وتعمل على تحسين الانجاز المهاري وتطويره بشكل معرفة النتيجة ويذكر 'عباس الصالح السمرائي' إن كلما أعطيت التغذية الراجعة مباشرة بعد الانجاز كانت فرصة تصحيح الأخطاء كبيرة (عبد الكريم، صفحة 53). ولذلك فإن أردنا أن نرفع من مرد ودية التغذية الراجعة يجب توفير مدرس واحد لكل تلميذ وبناء على ذلك فالسؤال البديهي الذي يروج في الأذهان هو كيف يمكن للمدرس أن يتعامل مع جميع التلاميذ في درس التربية البدنية الرياضية؟

"إن هذا الأسلوب هو المثالي والذي يمكن المدرس أن يتعامل مع هذه الحالة في صف منظم بصورة خاصة فالصف يجب أن ينظم مشكل أزواج ولكل واحد من هؤلاء الأزواج دور خاص في عملية إعطاء التغذية الراجعة" (السامرائي، صفحة 53).

فتنظيمهم يكون بشكل تلميذ (يعمل) ولآخر (يلاحظ) ودور التلميذ العامل هو انجاز العمل واتخاذ القرارات الممنوحة كما في الأسلوب التدريبي أما دور التلميذ الملاحظ فهو إعطاء التغذية الراجعة إلى التلميذ العامل مستمداً ذلك من معلومات جد دقيقة سبق للمدرس إن أعدها أما تكون على شكل بيانات معلقة على الجدران أو تكون قد استلامها التلاميذ مسبقاً وتأكيداً على ذلك يعاون المدرس شرحها إن القسم الرئيسي الجزء التعليمي وتعطى هذه التغذية الراجعة أثناء العمل أو بعد الانتهاء منه، والعلاقة المتبادلة بين التلميذين تستمر حتى ينتهي التلميذ العامل ملاحظاً ومن هنا جاءت تسمية هذا الأسلوب بأسلوب التبادلي أو المشترك أما دور المدرس فهو:

- اتخاذ قرارات مرحلة ما قبل التدريس
 - إعطاء نوع العمل بشكل بيانات وكيفية تطبيقها
 - ملاحظة ومراقبة عمل التلميذ العامل والملاحظ
 - يكون قريباً من التلميذ الملاحظ عندما يحتاج إليه
- وبصورة عامة يكون فان نقل اتخاذ القرارات في هذه الطريقة يكون كما في الشكل الآتي (موسستن، وسارة، صفحة 49).

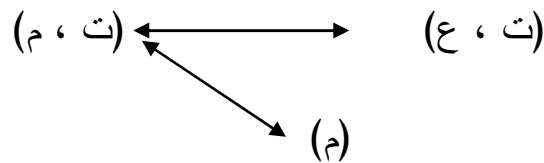
أ	ب	ج
---	---	---

مرحلة ما قبل الدرس	(م)	(م)	(م)	(ت، ع) تلميذ عامل
مرحلة الدرس (الأداء)	(م)	(ت)	(م)	(ت، ع)
مرحلة ما بعد الدرس	(م)	(م)	(ت، م)	(ت، م) تلميذ ملاحظ

شكل رقم 6 : يوضح تحليل الأسلوب التبادلي

فالتلميذ العامل في الأسلوب يقوم باتخاذ القرارات مرحلة الدرس أما التلميذ الملاحظ فيتخذ قرارات مرحلة ما بعد الدرس.

وفي هذه الاسلوب يتبين أيضا وجود نوع خاص من العلاقة بين التلميذ العامل والملاحظ ، حيث يقوم التلميذ الملاحظ بإعطاء التغذية الراجعة إلى التلميذ العامل وإذا احتاج التلميذ العامل أي إيضاح يطلبه من التلميذ الملاحظ، أما دور المدرس هو مراقبة التلميذ الملاحظ إن كان يقوم بواجبه في أحسن صورة ويمكن رسم ما بين للأطراف الثلاث بالشكل التالي:



شكل رقم 7 : يوضح العلاقة بين المدرس والتلميذ العامل والتلميذ الملاحظ

ولكن يقوم التلميذ الملاحظ بدوره في أحسن صورة يجب عليه إتباع الخطوات التالية (عبد الكريم، صفحة 104).

- 1- تسلم ورقة البيانات من المدرس وعليها يقوم بتصحيح الانجاز
 - 2- مراقبة التلميذ العامل وملاحظته
 - 3- مقارنة وموازنة العمل أو الانجاز مع ورقة البيانات
 - 4- الحكم على الانجاز إن كان صحيحا أم لا
 - 5- إخبار التلميذ العامل بهذه النتيجة وخاصة بعد نهاية العمل
- إن غياب أي خطوة من الخطوات السابقة فان التغذية الراجعة غير مضبوطة.

ب- توضيح ادوار وأهداف الاسلوب التبادلي:

إن الدور في الاسلوب التبادلي يوضحه موسكام وسارة. أ في النقاط التالية: (موستن. وسارة ، صفحة 102).

- الانشغال في العملية التعليمية التي تؤدي إلى العلاقات الاجتماعية، والتي تعتبر فريدة بالنسبة لهذا الأسلوب، وإعطاء وامتلاك التغذية العكسية مع الزميل
- الانشغال في خطوات هذه العملية وملاحظة أداء الزميل، ومقارنة الأداء مع ورقة الواجب وتوصل إلى الاستنتاجات وتبادل الأداء وإيصال نتائج الأداء غالى الزميل
- تطوير صفات الصبر والتحمل والصدق والنبيل والتي هي مطلوبة في نجاح هذه العملية
- التدريب وخيارات التغذية العكسية المتوفرة والتي تؤدي إلى استمرار العلاقات
- التعرف على المشاعر الخاصة ورؤية نجاح زميل ما
- تطوير الترابط والعلاقات الاجتماعية التي تكون أبعد من مجرد أداء المهارة

إن الأهداف التي يمكن التوصل إليها بهذا الأسلوب قد لا يتوصل إليها الأسلوبين السابقين فخصوصية هذا الأسلوب انه يخلق لنا سلوكيات جديدة وظروفا لتحقيق أهداف أخرى يلخصها 'عباس احمد صالح السامرائي' فيما يلي: (السامرائي، صفحة 87).

- تحقيق أهداف اجتماعية بخلق علاقات معينة ومن نوع خاص بين التلاميذ
 - خلق حالة الصبر والتحمل
 - خلق حالة جديدة من إعطاء أو تسلم التغذية الراجعة
 - الدقة في إعطاء التغذية الراجعة حسب ورقة البيانات
 - احترام أمانة التلميذ الملاحظ
 - تسهيل تعلم العمل المطلوب وذلك بسبب التغذية الراجعة المباشرة من قبل التلميذ
- الأخر

وزيادة على ذلك فان 'ساري حمدان والآخرون يضعون أهداف هذا الأسلوب على مجموعتين منها ما يرتبط بالمعلمين وهو نفسها التي ذكرها 'عباس احمد صالح السامرائي' أما المجموعة الثانية لها علاقة بالموضوع الدراسي وهي: (السامرائي، صفحة 87).

- إتاحة الفرصة المتكررة لممارسة العمل مع الزميل
- ممارسة العمل تحت ظروف الحصول المباشر على التغذية الراجعة من الزميل
- ممارسة العمل دون أن يقدم المدرس التغذية الراجعة أو معرفة متى يصحح الأخطاء
- تصور الأجزاء وفهمها وتعاقبها أثناء العمل

ج- تطبيق الأسلوب التبادلي:

بينما يكون كل من الأسلوبين التدريبي الأمري مألوفين بشكل أو بآخر لكل فرد فان الأسلوب التبادلي يعتبر لعدد من الأفراد أسلوبا جديدا إن واقع هذا الأسلوب وطبيعة الأدوار الجديدة توجه بعض المتطلبات الاجتماعية والنفسية الجديدة لكل من المدرس والتلميذ.

حيث يجب القيام بتعديلات وتغيرات كبيرة في السلوك، الأمر الذي يقود إلى إدراك حالة جديدة يمكن أن تحدث في قاعة اللعب، ولأول مرة وفي عملية اتخاذ القرار يقوم المدرس بنقل قرار إعطاء التغذية العكسية إلى التلميذ وكما هو الحال في الأسلوبين السابقين فإن القيام بتحليل هذا الأسلوب يوضح عملية التنفيذ أي عملية اتخاذ القرارات في مرحلة ما قبل الدرس ومرحلة الدرس وما بعد الدرس.

■ مرحلة ما قبل الدرس:

بالإضافة إلى القرار الذي يتخذه المدرس في الأسلوب التدريبي فإنه هذا الأسلوب يقتصر أمره على ذلك بينما يقوم بإعداد وتصميم ورقة الواجب والتي يقوم باستخدامها التلميذ الذي يلاحظ (يراقب).

■ مرحلة الدرس (الأداء):

إن الدور الرئيسي للمدرس في هذه المرحلة هو تحديد ادوار وطبيعة العلاقات الجديدة وفيما يلي سياق الأحداث في الوحدة التدريسية أو الفعالية: (راسل، 1991، صفحة 91). إخبار التلاميذ أن غرض هذا الأسلوب هو العمل مع الزميل آخر ومعرفة كيفية إعطاء التغذية الراجعة إلى الزميل.

- التعريف بالشكل الثلاثي وتوضيح حقيقة أن كل فرد منهم يمتلك دورا خاصا به وان كل تلميذ سوف يقوم بالأداء ثم بدور المراقب تارة أخرى.
- توضيح الدور المؤدى هو إعطاء الواجب أو الواجبات واتخاذ نفس القرارات التسعة وكما هو الحال في الأسلوب التدريبي وكذلك يقوم المؤدى بالاتصال بالمراقب فقط.
- يكمن دور المراقب في إعطاء التغذية الراجعة إلى المؤدى إسنادا إلى ورقة الواجب التي أعدها ووضعها المدرس ويتم إعطاء التغذية الراجعة خلال الأداء أو بعد إكمال الواجب

لذلك وبينما نجد أن المؤدى يقوم باتخاذ القرارات خلال مرحلة الدرس (الأداء)، يقوم المراقب باتخاذ القرارات في مرحلة التقويم.

■ مرحلة ما بعد الدرس:

لكي يقوم المراقب بإنجاز الدور المناط به في مرحلة ما بعد الدرس (عملية التقويم) عليه القيم بالخطوات التالية:

- تسلم ورقة الواجب من المدرس (ويكون ذلك على شكل ورقة تحمل كل المعلومات المطلوبة وشكل دقيق وواضح)

- مراقبة أداء الشخص (تلميذ) الذي يقوم بالأداء (المؤدى)

- المقارنة والتمييز بين الأداء وما هو مطلوب في ورقة الواجب

- استنتاج ما إذا كان الأداء صحيحا أم لا

- إيصال نتائج الأداء إلى المؤدى كما يمكن إعطاء التغذية الراجعة خلال أو بعد فترة الأداء

وفخلال للمهارات التالية تكون عملية إعطاء التغذية الراجعة ناجحة أما خلال تأدية المهارات

المتحركة تكون التغذية الراجعة غير ممكنة وذلك لقلّة التركيز التلميذ على الاستماع

- البدء بالاتصال بالمدرس عندما يكون ذلك ضروريا

إن الخطوات الخمس السالفة الذكر لا تعتبر إلزامية لأي فرد يريد القيام بتقويم الأداء فقط وإنما

هي أساسية مع عملية إعطاء التغذية الراجعة

- إن الدور المدرس ليكن فيما يلي: (الهاشمي، 1993، صفحة 94)

أ- الإجابة على أسئلة المراقب

ب- بدء عملية الاتصال بالمراقبين

د- مميزات الأسلوب التبادلي:

إن أي أسلوب له خصائصه ومميزاته ومن مميزات الأسلوب التبادلي ما يلي:

- يفسح المجال أمام كل تلميذ أن يتولى مهام التطبيق
- يفسح المجال لتعليم عن كيفية إعطاء التغذية الراجعة
- لا يحتاج إلى وقت كبير في التعلم
- يفسح المجال لممارسة القيادة أمام كل تلميذ
- للتلاميذ مجال واسع للإبداع في تنفيذ الواجب
- كما يلاحظ الباحث نقاط أخرى يجب ذكرها وهي:
- انه الاسلوب التبادلي يقود تلك العلاقة بين التلاميذ
- كيفية التعامل مع نماذج أخرى (ورقة الواجب) غير المدرس
- الإحساس بالواجبات (الملاحظة، المؤدى) وكيفية التعامل معها.
- هـ- عيوب أسلوب التبادلي:

تقتصر عيوب الأسلوب التبادلي فيما يلي: (مرسي، 1983، صفحة 89).

- صعوبة السيطرة على دقة تنفيذ الواجب.
- تحتاج إلى أجهزة وأدوات كثيرة.
- تكثر فيها المناقشات حول تنفيذ الواجب.
- تكثر الاستعانة بالمدرس حول حل الأشكال وتنفيذ الواجب.
- كثرة الضغوط على عمل المدرس.
- و- قنوات تطوير في الاسلوب التبادلي:

إذا قمنا باستخدام الاستقلالية معيارا لعلاقة الاسلوب تتطور القنوات فبإمكاننا توجيه السؤال التالي:

ما هو مقدار استقلالية التلميذ في اتخاذ القرارات الآتية في هذه القنوات؟ وللإجابة عن هذا السؤال نبدأ بطرح الشكل التالي ثم التعليق عليه.

إذا ما استعملنا الاستقلالية مقياساً في تلك القنوات فيمكننا أن نستنتج ما يأتي:

الحد الأدنى درجة للاستقلالية في الأسلوب تبادلي الحد الأعلى

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

الناحية البدنية

الناحية الاجتماعية

الناحية السلوكية

الناحية الذهنية

شكل رقم 8: بين درجات النمو الأسلوب التبادلي

إذا أخذنا الاستقلالية مقياساً لهذه الطريقة فيمكننا أن نستنتج ما يلي:

■ القناة البدنية:

في قناة تطوير البدنية يكون موقع التلميذ متحركا نوعا ما نحو الأعلى مشابها لما هو في الاسلوب التدريبي فعندما يكون دور التلميذ قائما بدور (العامل) فالقرارات ممنوحة تتخذ من قبل التلميذ كما هو الحال في الاسلوب التدريبي.

■ القناة الاجتماعية:

أما في قناة التطوير الاجتماعية يكون موقع التلميذ عال قريب من الحد الأعلى فتبادل الأدوار في هذا الاسلوب يخلق حالة من العلاقات الاجتماعية الكثيرة والمتداخلة أكثر من الأسلوبين السابقين

■ القناة السلوكية:

إن هذه القناة تتأثر بالقناة السابقة (الاجتماعية) حيث لما تحصل العلاقات الاجتماعية المتبادلة فاستنتاج هذا أن شعورا جيد يمكن أن يحصل باتجاه الآخرين وباتجاه النفس ، ولذلك فموقع التلميذ في القناة السلوكية يمكن أن يتحرك قريبا من الأعلى، ويمكن القول هنا بان إمكانية على إعطاء التغذية الراجعة للتلميذ الأخر وكذلك القدرة على تقبل التغذية الراجعة من الآخر يخلق مستوى من العلاقات الاجتماعية المتداخلة والتي تكون قريبا للأعلى من القناة السلوكية.

■ القناة الذهنية:

أما في هذه القناة فاننتقال والتحرك البسيط في موقع التلميذ في القناة الذهنية باتجاه نحو الأعلى وذلك بسبب انتقال التلميذ الملاحظ بعمليات الذهنية المتعددة مثل المقارنة والتركيز على تنفيذ البيانات وأخيرا عمل الخاتمة والاستنتاج (التغذية الراجعة)

إن هذا الأسلوب يشبه الأسلوب التدريبي في اتخاذ القرارات الممنوحة وهناك حالة جديدة في هذا الأسلوب وهي أن التلميذ يقوم باتخاذ القرارات المرحلة ما بعد الدرس وتعتبر مصدر قوة لتطوير التلميذ.

4.2. أسلوب التضمين (المراجعة الذاتية):

في أسلوب التضمين تبرز هناك علاقة جديدة نتيجة للعلاقة الموجودة بين المدرس والتلميذ وذلك من خلال تطبيق أسلوب التضمين حيث يجد التلميذ وهو يمتلك عدد كبير من القرارات والتي انتقلت من عند المدرس الأمر الذي يزيد من حجم مسؤوليات الذاتية لذي التلميذ التي تفرضها تلك القرارات.

أ- تحليل الأسلوب التضمين:

لحد الآن يكون التلميذ قد تدرب باستخدام المعيار المحدد للواجب كأساس لتغذية الراجعة لزميل والخطوة التالية هي استخدام هذا المعيار لتغذية الراجعة لتلميذ نفسه لهذا السبب يطلق عليه أسلوب التضمين أو المراجعة الذاتية ففي هذا الأسلوب يقوم التلميذ بأداء الواجب كما هو في الأسلوب التدريبي ثم يقوم باتخاذ القرارات بنفسه والخاصة به في مرحلة ما بعد الدرس ويمكن استخدام الإمكانيات التي يوفرها الأسلوب التبادلي من حيث عملية المقارنة والتمايز وإعطاء الاستنتاجات من قبل كل تلميذ من التلاميذ وذلك من أجل القيام بالمراجعة والتقييم الأداء الخاص به (ذاتيا) (عبد الوهاب ، طويلة، 1997، صفحة 106).

ومن خلال الشكل التالي تظهر لنا عملية انتقال القرارات وتحليل الأسلوب (النعيمي، 1993، صفحة 186).

م	ب	ج	د
---	---	---	---

(م)	مرحلة ما قبل الدرس ← (م)	(م)	(م)
(ت)	مرحلة الدرس (الأداء) ← (م)	(ت)	(مؤدى)
(ت)	مرحلة ما بعد الدرس ← (م)	(م)	(مراقب)

شكل رقم 9 : يوضح تحليل الأسلوب التضمين

وعند تحليل هذا الأسلوب نجد أن دور المدرس هو اتخاذ جميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس وبعد ذلك يقوم التلميذ باتخاذ القرارات التسعة خلال مرحلة الدرس وأثناء أداء الواجب أو المهارة ولكن في هذا الأسلوب هو اتخاذ تلك القرارات مع نفسه في مرحلة ما بعد الدرس.

ب- تطبيق أسلوب التضمين :

إن الميزة الخاصة في سياق أسلوب التضمين هي الاستفادة من الأسلوبين السابقين إن التلاميذ يكونوا قد قاموا بتطوير القدرة على تقويم أنفسهم بأنفسهم وذلك من خلال ممارسة الأسلوبين السابقين ففي الأسلوب التدريبي يتعلم التلميذ كيفية أداء الواجب وفي الأسلوب التبادلي يبدأ بتعلم استخدام المقياس المطلوب بالأداء ومقارنته مع الأداء وإعطاء التغذية المرتدة للزميل أما في أسلوب التضامن فإن التلميذ يقوم باستخدام المهارات ذاتها من أجل تقويم الذاتي للأداء إن هذا لا يعنى بالضرورة إن على المتعلم الانتقال بشكل متتالي من أسلوب التدريب إلى أسلوب التبادلي إلى أسلوب التضمين ولكن هذا بالتأكيد يساعد في تراكم الخبرات والمهارات.

وفي الحقيقة ما يمتلكه التلميذ من سلسلة أحداث في الأسلوب التضمين تعطيه الفرصة لأن يصبح أكثر اعتماداً على نفسه وبعد أخذ التلاميذ أماكنهم لأداء الواجب حيث لا يتوقفون عن الأداء إلا من أجل مراجعة ورقة الواجب ومقارنة أدائهم مع ما هو موجود في ورقة الواجب ثم يواصلون سواء أ من أجل تصحيح الأخطاء الشائعة أما تبنت ما تعلموه أو الانتقال إلى أداء مهارة جديدة وفيما يلي كيفية القيام بهذا الأسلوب. (محروس، 1990، ص57)

■ مرحلة ما قبل الدرس:

يقوم المدرس في هذا الأسلوب باتخاذ جميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس أي تلك القرارات التي لها علاقة باختيار المهارات أو الواجبات الأكثر ملائمة وكذلك ورقة الواجب والتي يستخدمها التلميذ كما يجب أن تكون هذه الأخيرة مصممة بطريقة دقيقة خلية من التعقيدات تناسب فهم التلاميذ وواضحة.

■ مرحلة الدرس (الأداء):

إن سياق هذه الفعالية أو الوحدة التدريسية هو:

- جمع التلاميذ حول المدرس.
- وضع الغرض من الأسلوب.
- وضع الدور الذي يقوم به التلميذ (وصف القرارات المطلوبة للقيام بعملية المراجعة الذاتية وحدد الوقت اللازم لعملية التقويم مع توضيح كيفية الانتقال من الأسلوب.

* أسلوب التبادلي إلى أسلوب التضمين:

- توضيح دور المدرس
 - القيام بعرض الواجب أو الواجبات
 - توضيح الإجراءات التنظيمية والإدارية
 - تحديد الأسس والمعايير الثابتة
 - إعطاء الإشارة البدء في الأداء
- وبعد ذلك يقوم التلاميذ باختيار أماكنهم ثم يبدؤون أثناء أداء المهارة باتخاذ القرارات وكما هو الحال في الأسلوب التدريبي مع إضافة القرار الجديد والخاص بالمراجعة الذاتية للأداء.

■ مرحلة ما بعد الدرس (التقويم):

عندما يبدأ كل تلميذ من التلاميذ بأداء المهارة يقوم باستخدام ورقة الواجب ويحدد الوقت الملائم لاستخدامها من أجل التزويد بالتغذية الراجعة ويعتمد ذلك على إيقاع التلميذ في أداء الحركات.

إن دور المدرس في مرحلة ما بعد الدرس هو: (السامرائي، 1991 صفحة 99).

- مراقبة أداء التلميذ الواجب

- ملاحظة استخدام التلميذ لورقة الواجب ومطابقتها مع الأداء
- الاتصال بالتلميذ بشكل فردي ومعرفة مقدار براعته ودقته عند مطابقة أدائه مع ورقة الواجب

- إعطاء التغذية الراجعة في نهاية الدرس ويتم توجيه هذه التغذية الراجعة إلى الصف بكامله وتكون بصورة عامة لما قدموه خلال عملية الأداء للواجب.

ج- مميزات أسلوب التضمين:

إن مميزات أسلوب التضمين تعد فيما يلي:

- فسح المجال أمام التلميذ للاعتماد على نفسه بأخذ القرارات
- تطوير التلميذ لتحمل المسؤولية
- يتعلم كبقية استخدام التقويم الذاتي
- توفر الوقت والجهد للمدرس أثناء وقيامه بعمله

د- عيوب الأسلوب التضمين:

أسلوب التضمين كالأاليب السالفة لا يخلو هو الآخر من بعض العيوب ومنها ما يلي:

- احتمال الوقوع بالخطأ أثناء أداء التلميذ للواجب
- عدم دقة تقويم التلميذ لذاته
- يعمل التلميذ حسب الكيفية التي تناسبه
- تتولد لدى المدرس صورة مشوشة عن انجاز التلاميذ للواجب
- لا يمكن للمدرس استخدامها لتلاميذ كافة.

هـ - قنوات التطوير في الأسلوب التضمين:

يجب أن نتفحص العلاقة بين حقيقة أسلوب التضمين وتطور القنوات او القنوات القابلة للتطور ونبحث عن مكان الفرد من كل هذه القنوات.

■ القناة البدنية:

ناحية التلميذ من القناة البدنية يتحرك نحو الأعلى وباتجاه الحد الأقصى وذلك لان التلميذ يصبح مستقلا إلى حد كبير في اتخاذ القرارات المتعلقة بالتطور البدني لديه وقد صممت وحدات التدريس لأسلوب التضمين لهذا الغرض وذلك لأن التلميذ يقومون باتخاذ القرارات أو قرار معين حول علاقتهم بالخيارات الموجودة ضمن موضوع الدرس.

■ القناة الاجتماعية:

مادام هذا الأسلوب يعمل على الزيادة الفردية في العمل حيث أن كل تلميذ يعمل بصورة منفردة إذ يتخذ قراراته بنفسه ويختار مسار عمله بنفسه أيضا، فان موقعه في هذه القناة يكون باتجاه الحد الأدنى ويجب على كل تلميذ أن يجدد علاقته الاجتماعية داخل الدرس بنفسه دون تدخل الغير

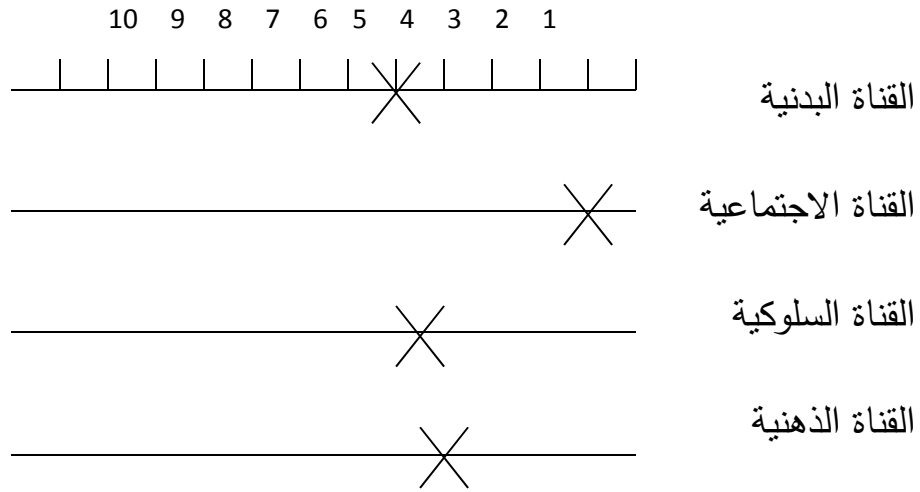
■ القناة السلوكية:

نفس ما هو موجود فان موقع التلميذ من القناة السلوكية يكون باتجاه الأعلى وذلك لان حقيقة اتخاذ القرار حول العمل أو انجاز الناجح والمقبول سوف يخلق حالة من الرضا والقبول.

■ القناة الذهنية:

أما موقع التلميذ في القناة الذهنية فينتقل نحو الأعلى ومادام التلميذ ينشغل بالتركيز والمقارنة مع ورقة الواجب فهذه الحالة تتطلب درجة عالية من التذكر والتلميذ يكون أكثر استقلالية.

الحد الأدنى درجة للاستقلالية في الأسلوب التضمين الحد الأعلى



الشكل رقم 10 : يبين درجات النمو في الأسلوب التضمين .

3. تنوع أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية:

إن لكل أسلوب تدريسي المكان الخاص بيه ، و إن كلا منهم يتساوى في الأهمية مع الأساليب التدريسي ولكل واحد منهم إسهاماته و يرجع البعض انخفاض مستوى التعليم للأساليب التقليدية التي تستعمل في التدريس، كما يقول.

فاخر عاقل : " إن السبب الرئيسي في انخفاض مستوى التعليم هو أساليب التدريس التي يتبعها المدرسون ، والتي تحتاج إلى تطوير كبير و إصلاحات جذرية ولا سميا في الصفوف المكتظة بالطلاب" (عاقل، 1980، ص 228)، و لهذا يتطلب من المدرس أن يتوفر على خبرة جيدة و التي سيستعملها في التدريس ، أن التدريس الجيد يعتمد على أن تكون الحصيلة جيدة من أساليب تدريس تتفق و طبيعة الفعالية و المتعلمين و الجو و الساحة... الخ. كما إن المدرس الذي يستعمل أسلوبا واحدا في درسه فان سيؤدي حتما إلى الملل و الجمود و الخمول في أوساط التلاميذ وعدم تحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة من سلوك كل متعلم

ولهذا فإن تنويع الأساليب في التدريس شيء ضروري حتى لا يحس المعلم بالروتين و الملل، و خاصة إن المدرس تتعدد أهدافه و عندما تتعدد هذه الأهداف فمن الضروري إن تتعدد الأساليب المستخدمة في تحقيقها و لهذا يقول 'بوثلجة غياث' التنويع في استعمال أساليب " على المدرس أن لا يعتمد على أسلوب واحد في تدريسه و إنما ينتقل من أسلوب إلى آخر " (بوثلجة ، 1993 ، صفحة 148) ويذكر كرامبتون krampton كذلك " أن أساليب التدريس المختلفة ، وكذلك الأوامر المختلفة تكون مناسبة للتمارين المختلفة و الأغراض المختلفة" (المؤتمر العلمي الرياضي،1988، صفحة951).

ويستخلص أن ليس هناك أسلوب متميز عن الآخر إلى بقدر تغيير الأهداف فإن استخدام أسلوب تدريسي لفترة زمنية معينة يمكن أن ينجز قدرا معيناً من الأهداف فإن تغيرت الأهداف وجب تغير معها الأسلوب التدريسي، فهذا لا يوجد أسلوب أفضل من أسلوب آخر كما انه لا يوجد أسلوب واحد يحقق كل الأهداف ولكن يحقق جزءاً منها فقط.

ولهذا لا يجب أن نتمسك بأسلوب واحد خلال التدريس أو تحقيق الهدف من العلمية التدريسية حتى نستطيع أن ننجح في تحقيق ما نريد الوصول إليه.

ومن خلال الانتقال من أسلوب لآخر أي الانتقال من قرارات تكون تابعة للمدرس إلى أن تصبح عند المتعلم يعطى ذلك الفرصة للمتعلم بان يكتشف الحقيقة بمفرده، وان يستعمل التفكير في الكشف على الحقائق وفي هذا الخصوص يذكر 'لطفى بركات احمده' " يجب أن يسمع أسلوب التدريس للمتعلم أن يعمل بيده، ويفكر، ويحاول، ويجرب ويبحث حتى يتعلم (المؤتمر العلمي الرياضي،1988، صفحة951) ولهذا يرى الباحث بأن التنويع في استعمال أساليب التدريس يجعل التلميذ أكثر حيوية ومحققاً للأهداف التعليمية المرسومة.

المحاضرة الثانية عشر

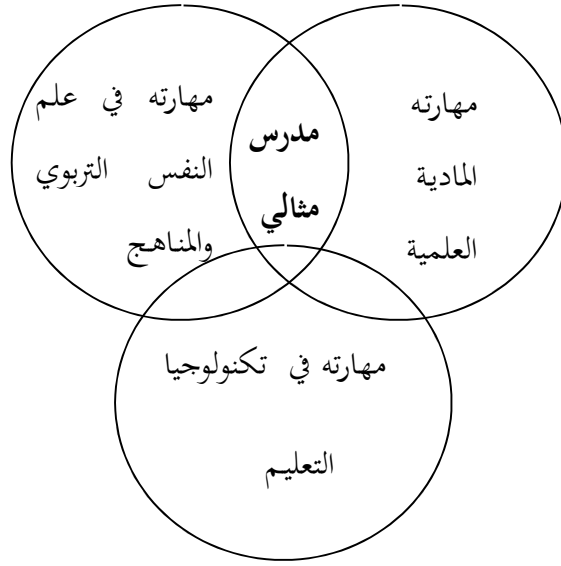
مدرس التربية البدنية والرياضية - صفات مدرس التربية البدنية (I)

1. مدرس التربية البدنية والرياضية:

يقول بولديرو **Boldy Row**: "إنه القائد، فهو المنظم والمبادر لوحده العمل والنشاط في جماعة الفصل، فهو يعمل ليس فقط لاكتساب التلاميذ المعلومات والمعارف والمهارات وتقويمهم في النواحي المعرفية والمهارية فحسب، بل يتضمن عمله أيضاً تنظيم جماعة الفصل أو العمل على تنميتها تنمية اجتماعية.

ويرى **ويليام كلارك William clark**: أن المدرس يعد مصمماً لبيئة التعليم، فهو الذي يبتدع الأنظمة التعليمية ويحدد أهداف الدرس ويقوم بإعداد المواقف التعليمية والتربوية ويقرر الإستراتيجية التي يسير عليها المتعلم ليتم التفاعل بينه وبين معطيات هذه المواقف التعليمية لكي يتم التعلم وكذلك يحدد مستويات الأداء المراد انجازها من قبل المتعلم، وأساليب تقويم الأداء هذا، ويشير **بونبوار Bonboir** إلى أن مكونات المهنة التربوية من خلال وحدتها وعلاقتها المترابطة وتعطي لنشاط المدرس اتجاهاً محدوداً وتطبع عمليه بأسلوب المربي، لذا فالاختيار المهني لدور وظيفي متخصص يتطلب وجود ارتباط بين طبيعة هذا الدور ومتطلباته من قدرات وكفاءات تخصص مناسبة.

وبذلك "يتضح دور مدرس التربية البدنية الرياضية اتجاه تحقيق البرامج لأهدافها التعليمية والتربوية والتي تتطلب مدرساً على مستوى عالٍ من الكفاءة ومن المهارات الفكرية والفنية والإنسانية" (الخولي، صفحة 196-197).



شكل رقم (11): يبين مكونات المهنة التربوية وحدتها وعلاقتها

يعد مدرس التربية البدنية والرياضية من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثيراً في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة وفي ضل هذه المعطيات لا يتوقف دور المدرس على تقييم ألوان النشاط البدني والرياضي المختلفة بل يتعدى ذلك بكثير (حلون، وآخرون، 1994، صفحة 33).

كما أن مدرس التربية البدنية والرياضية يبذل مجهودات جبارة رغم نقص شروط التعليم ولكن لا ننسى أيضاً أن هناك بعض المدرسين يحبون عملهم وتتوفر فيهم الصفات الحسنة التي يجب أن تتوفر في كل مدرس للتربية البدنية وهي أن يكون سليماً من كل نقص جسمي، قوي السمع ومتين الأعصاب، أن يكون ملماً بالمادة التي يدرسها، محباً لها مؤمناً بها، شديد الرغبة في تجديد معلوماته. (Journal nouvelles Confidences , 1988).

وفي دراسات أخرى قامت بها مجلة الجمعية الأمريكية للتربية البدنية والرياضية لاحظت أن هناك صفات أخرى منها أن يكون مكوناً تكويناً جيداً لأداء مهمته كمربي ومدرس ذو تربية عالية تجعله مقياساً في الأدب والاحترام، متقبلاً للأفكار الجديدة، وبدون عقدة وأن يكون على علم بالأهداف التربوية للتربية البدنية والرياضية والمجتمع الذي يعيش فيه. (Journal (nouvelles Confidences , 1988).

2- تعريف مدرس التربية البدنية والرياضية:

إن مدرس التربية البدنية هو أولاً وقبل كل شيء شخص ومخلوق كسائر المخلوقات، لديه قلب وأحاسيس وشعور والملقب باللطيف هذا لأنه في عمله يحس أنه لا زال ولا يزال مراهقاً ويبقى كذلك، لأن مهنته تفرض عليه أن يكون كذلك، وقد أثبتت بعض التجارب في الولايات المتحدة الأمريكية بأن أستاذ أو مدرس التربية البدنية يعتبر أقرب أستاذ إن لم نقل أقرب شخص بالنسبة للتلاميذ.

والتدريس عمل صعب ومتعب والفرد يحتاج إلى سنين لكي يتعلم كيف يجد السبيل لأجل أن يكون مؤهلاً للتدريس.

ففن التدريس ليس مجرد عمل أو وظيفة بل هو عملية تصميم مشروع ضخم متشعب الجوانب، له مرتكزات واضحة لاتصاله بصورة مباشرة بمستقبل أولئك الذين نشجعهم على التعليم ونربيهم في الصغر ليصبحوا شباب المستقبل.

3- صفات مدرس التربية البدنية:

إن شخصية الأستاذ يمكن أن تكون أكثر أهمية من ثقافته العامة، فيما يخص النجاح في عمله. إن أغلبية التلاميذ لهم ميل بدون شعور إلى تقليد مربيهم سواء أكان الوالدين أو أستاذهم، هذا وحده يبرر العناية التي يجب حجزها لاختيار وتكوين الأستاذ في هذا الصدد لا

ننسى أيضا أن هناك بعض الأساتذة يحبون عملهم وتتوفر لديهم الصفات الحسنة التي يجب أن تتوفر في كل مدرس التربية البدنية وهي:

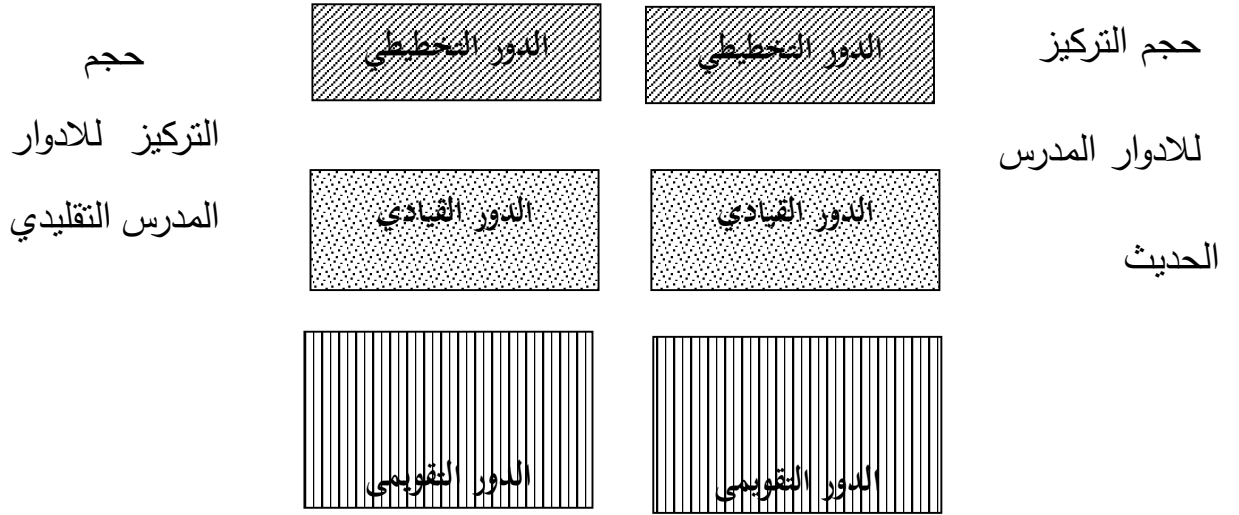
- أن يكون سليم من كل نقص جسمي، قوي السمع والبصر، متين الأعصاب.
 - أن يكون ملما بالمادة التي يدرسها، محبا لها، مؤمنا بها، شديد الرغبة في تجديد معلوماته.
 - قوي الإرادة حازما ملتزما بالصبر، فالتلاميذ لا يضبطهم إلا المدرس الهادئ الذي يشفق عليهم، ويشعر بشعورهم، ويكلف نفسه مشقة في سبيل نفعهم. وفي دراسة قامت بها مجلة "الجمعية الأمريكية للتربية البدنية والرياضية" لاحظت هناك صفات أخرى منها:
 - مكونا تكويننا جيدا لأداء مهمته كمربي ومدرس.
 - ذو تربية خلقية عالية تجعله مقياسا في الأدب والإحترام، كبير القدر يستطيع أن يتغلغل في حياة زملائه ليحافظ ويعمل على تشجيعهم.
 - متقبلا للأفكار الجديدة بدون عقد.
 - أن يكون على علم بالأهداف التربوية للتربية الرياضية والمجتمع الذي يعيش فيه.
- (مذكرة شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية، 1994 / 1995).

المحاضرة الثالثة عشر

مدرس التربية البدنية والرياضية - صفات مدرس التربية البدنية (II)

1. دور المدرس الحديث:

إن دور المدرس الحديث هو الإرشاد وهذا يتطلب عدة صفات منها التخطيط والتوجيه والتقييم بعملية التدريس، أما دور المدرس التقليدي فيظهر عليه الانضباط المطلق بينما المدرس الحديث يتميز بالانفتاح والانضباط الأقل، فأدوار المدرس التقليدي لها صلة بعمليات ترتكز على القيادة وأدوار المدارس الحديث يرتكز على عمليات التخطيط وأهمية النسبية للأدوار موضحة في الشكل التالي:



شكل رقم (12): يوضح مقارنة ما بين أدوار المدرس الحديث والتقليدي خلال العملية

التدريسية.

2. دور المدرس اتجاه التلاميذ:

يمكن تلخيص دور مدرس التربية البدنية والرياضية تجاه التلاميذ وفقا لما يلي:
(الحمايمي، 1998 ص 116).

- 1- القدرة على فهم خصائص نمو التلاميذ البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والنفسية.
- 2- المساهمة في النمو الشامل المتزن الذي يساعد على ممارسة الحيلة العملية.
- 3- مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ في جميع الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية واختيار الأنشطة المناسبة لذلك.
- 4- اكتشاف ما الذي التلاميذ من مواهب رياضية وتشجيعهم على تنمية هذه المواهب.
- 5- تنفيذ منهج التربية البدنية والرياضية.
- 6- التعاون مع إدارة المدرسة وأعضاء هيئة التدريس في حل مشاكل الطلبة.
- 7- الإشراف على النشاط الرياضي وتوجيه كل تلميذ لما يرغبه.
- 8- عمل تقييم دوري للتلاميذ.

3. دور مدرس التربية البدنية والرياضية اتجاه المجتمع الذي يعيش فيه:

قد يرى البعض أن دور المدرس يقتصر في المدرسة فقط بينما دوره يتعدى الفصل ويصل المجتمع ما يدور فيه وأهم الأدوار التي يقوم بها المدرس في المجتمع كما يلي:

- 1- أن يكون على دراية بظروف البيئة وخصائصها والعلاقات بينها.
- 2- أن تكون المدرسة التي يدرس بها مركز إشعاع وتربوي وثقافي وتعليمي واجتماعي في مجتمعه.
- 3- ضرورة الاشتراك في نواحي النشاط الرياضي بالمجتمع ويساهم في تنشيط الأندية الرياضية والاجتماعية لتحقيق أهدافها.

- 4- أن يكون قدوة حسنة للشباب، ويتصف بالخلق القويم.
- 5- أن يكون ذات شخصية قادرة على جذب التلاميذ للاشتراك في الأنشطة التي تساهم في رفع مستوى المجتمع الذي يعيش فيه.
- 6- أن يكون على درجة عالية من الثقافة لان ذلك يجعله يؤثر في التلاميذ.
- 7- أن يكون قدوة حسنة لتلامذته إذ أن غالبا ما يحاولون تقليد المدرس في جميع تصرفاته خاصة خلال فترة المراهقة.
- 8- أن يكون حسن المظهر ومنظما وعلى درجة عالية من الأناقة لان ذلك يؤثر إيجابا في سلوك تلاميذ.
- 9- أن يكون على قدرة من القيادة المرنة التي تواجه التلاميذ بطريقة محبة لنفوس التلاميذ.
- 10- أن يكون هادئ الطبع وبدون ملل ليبعد القلق عن التلاميذ ويساعدهم لتخلص منه.
- 11- أن يكون لديه القدرة على اكتشاف التلاميذ ذوي المشاكل النفسية ويحاول حلها بأسلوب علمي.
- 12- أن يكون صديقا للتلاميذ وذلك يجعله موضع ثقتهم.
- 13- أن يكون ملما بثقافة مجتمعه من حيث أصولها التاريخية واتجاهاتها ومشكلاتها وأهدافها.

المحاضرة الرابعة عشر

صفات مدرس التربية البدنية

1. صفات مدرس التربية البدنية:

يعتبر مدرس التربية البدنية والرياضية أساس في إلى مدرسة، فهو المسؤول عن تحقيق الأهداف التربوية التي يكتسبها التلاميذ من خلال إشراكهم سواء في درس التربية البدنية والرياضية أو في أنشطتها المختلفة لذا فانه هناك صفات أساسية يجب لن يتصف بها مدرس التربية البدنية والرياضية هي (زغلول والآخرين، 2002، صفحة 116):

1- الصفات الشخصية.

2- الصفات المهنية.

• **الصفات الشخصية :** يجب على مدرس التربية البدنية والرياضية أن تتوفر فيه

صفات شخصية تساعده على القيام بمهامه على أكمل وجه وهذه الصفات هي:

- إتباع التعليمات.

- الاتزان الانفعالي.

- الأداء واللياقة في التصرفات.

- الذكاء الاجتماعي.

- تعدد الخبرات.

- المظهر السليم.

- سعة الصدر.

- القدرة على الابتكار والإبداع.
- القدرة على الحكم الموضوعي.
- تقبل النقد.
- القدرة على الاندماج في الجماعة.
- الآداب الخلقى الصادق والسليم.
- الصلة الطيبة بالتلاميذ.
- سعة الأفق الثقافى.
- القدرة على تحديد المعلومات التربوية والنفسية.
- الالتزام بمراعاة الأسس النفسية فى التعلم.
- يدير الفصل بطريقة فعالة.
- يرشد التلاميذ ويوجههم بحكمة.

● الصفات المهنية لذي مدرس التربية البدنية والرياضية:

إذ ما أردنا أن نصل إلى مدرس ذو كفاءة مهنية عالية لابد أن نراعى توفر الصفات المهنية التالية فيه:

- الإعداد الجيد للدرس.
- اختيار الألفاظ المناسبة للموقف الذي يتعرض له.
- القدرة على ربط أجزاء المنهاج بعضها ببعض.
- القدرة على القيام بتقويم التلاميذ بطريقة عملية وسلمية.
- القدرة على اكتشاف المواهب الرياضية.
- القدرة على توجيه التلاميذ التوجيه السليم.
- القدرة على العرض بطريقة شيقة.

- تطبيق المبادئ التربوية السليمة.
- الحب والإخلاص في العمل.
- التعاون.
- يقبل التطور والتجديد.
- احترام كرامة الأفراد.
- تشجيع التلاميذ على الإدلاء بأرائهم بشجاعة.
- تقبل الثقة والبناء.
- فهم البيئة المحلية ومشاكلها.
- القدرة على توصيل المعلومات للتلاميذ.
- القدرة على حل المشكلات.
- تقييم طبيعة الميول والاستعدادات.
- المهارة في التخطيط والتنفيذ.
- القدرة على الخلق والإبداع.
- المهارة في التدريس.
- العناية بالمواد والأدوات.
- العناية بالظروف الصحية.

3. واجبات المدرس التربوية البدنية والرياضية:

نظر للدور العام الذي يقوم به مدرس التربية البدنية والرياضية بالمدرسة فقد حددت له واجبات معينة ليقوم بها على الوجه الأكمل وهذه الواجبات هي:

أ - الإشراف على نظام المدرسة:

تعتبر عملية النظام من أولوية الأمور التي يجب وضعها فوق كل اعتبار إذ انه يدون نظام في إلى مجتمع من المجتمعات يؤدي إلى الفوضى لذا فان النظام المدرسي يعتبر الدور الأساسي لمدرس التربية البدنية.

ب - الإشراف على الرحلات المدرسية:

إن جعل التلميذ على صلة ببيئته والتعرف على الأماكن المميزة لوطنه تعتبر ذات أهمية قصوى لذا فان مدرس التربية البدنية والرياضية تعود له الأهمية الكبرى في القيام والسهر على ذلك ويجب عدم الإغفال عنها.

ج- خدمة البيئة المحيطة بالمدرسة:

إن المعسكرات التي تخدم البيئة لها أهميتها الحيوية في إعداد التلميذ لخدمة بيئته ويعتبر مدرس التربية البدنية والرياضية أساسي في هذا الدور إذ أن قيامه بالمعسكرات وإلقاء المحاضرات التي تخدم البيئة تعود بالفائدة على المجتمع.

د - الإشراف على اللجنة الرياضية واتحاد الطلبة ككل:

فهذا الدور الأساسي ومهم لمدرس التربية البدنية والرياضية فهو الذي يسطو ويبرمج بناءا على أهداف محددة لكل مجال.

هـ - الاشتراك في مجلس الآباء:

إن اشتراك مدرس التربية البدنية والرياضية في جمعية أولياء يساعد على نشاط وحيوية كل تلميذ زيادة على الارتقاء بالتلميذ من مواطن الضعف إلى مواطن القوة وهذا يعود بمعرفة

مدرس التربية البدنية لمميزات كل تلميذ زيادة إلى توعية الأولياء على أهمية ممارسة التربية البدنية.

و- القياس والتقويم:

ويتم ذلك للتعرف على مدى تحقيق برامج المختلفة لتربية البدنية.

11.3. علاقة مدرس التربية البدنية والرياضية بالتلاميذ:

يرى أمين انو الخولي: "إن الوسيطة في التعامل مع التلاميذ من أفضل السبل لخلق علاقة جيدة وفقا له مع التلاميذ فلا يجب المبالاة في الترفع على التلاميذ كما يجب الانغماس في تنشيط العلاقة معهم والتعامل اجتماعيا ونفسيا مع التلاميذ يتم من خلال التعامل مع الغالبية العظمى منهم والتي تقع في مساحة العريضة بين قلة المشاغبين أو غير المنضبطين وقلة أخرى من الانطوائيين. (الخولي، 1994، صفحة 34).

ويشير إبراهيم عصمت مطاوع "فيما يخص علاقة ومسؤولية المدرس إلى "أن مدرس كما نعلم هو حجر الزاوية وعليه يقع عبء جسيم وهو نشأة جيل ديمقراطي" (مطاوع، 1995 ، صفحة 297).

ويشير عدنان درويش حلوان أنه "يسبب العلاقة الحميمة بين التلاميذ ومدرس التربية البدنية والرياضية فان المدرس يعد من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثيرا في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة لذي التلاميذ" (حلوان، 1994، صفحة 33)

4. وجبات المدرس نحو إمكانيات المدرسة:

تعتبر الإمكانيات المتاحة من العوامل المؤثرة في طرق التدريس التربية البدنية والرياضية، إن مصطلح الإمكانيات المادية يطلق على كل من الإمكانيات الطبيعية من ملاعب وأدوات

التي تكون ضرورية ولازمة لعمل المدرس أثناء تخطيط وتنفيذ وتنظيم وقيادة الحصة، أن توفر هذه الإمكانيات من صالح ومسؤوليات إدارات التربية والتعليم ولو كان ذلك بالحد الأدنى.

ومن الواضح أن توفير كل هذه الإمكانيات أو بعضها يتطلب استثمارات ضخمة قد لا تتوفر في البعض البلدان النامية كما هو الحال في بعض البلدان العربية حيث يشعر مدرس التربية البدنية وخاصة في المناطق الريفية والمدن الصغيرة بعجز كبير في الإمكانيات مما يصعب عليه تنظيم حصص التربية البدنية والرياضية وبهذا لا يجب على مدرس التربية البدنية أن يبقى مكتوف الأيدي ويتحجج بنقص الوسائل فعليه أن يبادر في صنع الأدوات البديلة وهنا تقع مسؤولية هامة على المدرس والمدرس الناجح المحب لمادته المخلص لمصلحة تلاميذته يستطيع تنفيذ درس التربية الرياضية بأقل الإمكانيات.

وبحضرنا مثال عظيم إحدى البطلات العاب القوى العالميات في مذكرتها عن توجيهات مدربها لها أثناء قضاء إجازتها السنوية بالريف أنها لا تترك في طريقها أي حجر أن ترميها إلى أقصى مسافة أو أي فرع شجرة وإن تأخذه كرمح وتحاول رميه إلى مسافة أطول وهذه نصائح دالة عن استمرارية التدريب ولو أثناء الإجازة وبأي عتاد كانت أو حتى في نقص العتاد هناك بدائل أخرى وهذا المثال قد يفيد مدرس التربية البدنية على الابتكار والمثابرة في العمل فكثرة من النشاطات الفردية أو الجماعية يمكن تأديتها عن طريق وسائل البديلة وهنا نتذكر إن هناك العديد من البحوث قد قمنا بها في شتى الفعاليات وخاصة العاب القوى وقد اقترحنا عدة وسائل بديلة وقد أثبتت نجاحاتها وكان ذلك في الوثب الطويل، المطرقة، الرمح، وغيرها من النشاطات.

إن واجبات المدرس نحو إمكانيات المادية هامة جدا لان عدم ممارسة التلاميذ لنشاط ما ولا يبرره عدم وجود الأداة فيمكن استبدالها وعدم حرمان هذا الجيل من التمتع فيمكن في بعض الأحيان بواسطة الوسائل البديلة توجيه عدة رياضيين نحو بعض الفعاليات.

5. وجبات المدرس نحو المراحل السنوية:

إن المراحل السنوية هي إحدى العوامل التي تؤثر في طرق التدريس مدرس التربية الرياضية ولذلك "فعلى مدرسي التربية الرياضية أن يكونوا ملمين الماما جيدا بالنواحي البيولوجية والنفسية والحركية للمراحل السنوية المختلفة عند تحضيرهم وتدريبهم للحصة" (البيهي، 1974، صفحة 36)، حتى تتكون العملية التدريسية مناسبة بدون مخاطر على تطور ونمو التلاميذ ولأهمية حتى الجزء سنتطرق خصائص كل مرحلة سنوية وما ميزاتها وخاصة مرحلة التي لها علاقة وطيدة ببحثها هذا والتي تسمى بالمفهوم التربوي النفسي المرحلة الإعدادية أو المتوسطة.

المراجع باللغة العربية:

1. إبراهيم حامد قنديل. (1998)، برامج ودروس التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية. مصر، مطبعة مخيمر
2. إبراهيم عصمت مطاوع. (1995)، أصول التربية. القاهرة، دار الفكر العربي.
3. ألنعمي عبد الله الأمي. (1993)، طرق التدريس العامة. الطبعة 1، ليبيا، الجماهيرية للنشر والتوزيع.
4. أمين أنور الخولي . (1996)، أصول التربية البدنية والرياضية. مصر، دار الفكر العربي.
5. أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب. (1982)، التربية الحركية. مصر، دار الفكر العربي.
6. أمين أنور الخولي. (1994)، التربية الرياضية المدرسية. الطبعة الثانية، القاهرة ، دار الفكر العربي.
7. أمين أنور الخولي. (1993)، أصول التربية البدنية والرياضية (المهنة والإعداد المهني والنظام الأكاديمي)، الكويت.
8. أمين أنور الخولي، جمال الشافعي. (2005)، مناهج التربية البدنية المعاصرة، الطبعة الثانية ، القاهرة، دار الفكر العربي.
9. بسطوسى احمد بسطوسى، عباس احمد صالح السمراى. (1984)، طرق التدريس في مجال التربية الرياضية. العراق، مطبعة جامعة الموصل.
10. بوتلجة غيات. (1993)، التربية ومتطلباتها. الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية.

11. جيمس راسل. (1991)، أساليب جديدة في التعليم والتعلم. ترجمة أحمد خيرى، القاهرة، دار النهضة العربية.
12. حسن احمد الشافعي. (1998)، تاريخ التربية البدنية في المجتمع العربي والدولي. الإسكندرية، منشأة المعارف.
13. حسن السيد معوض. (1981)، طرق التدريس التربية والرياضية. مصر، مكتبة القاهرة .
14. حسن شلتوت وحسن معوض. (1981)، التنظيم الإداري في التربية الرياضية، العراق، مطبعة الفكر العربي.
15. دبشي رشيد. (2004)، المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسة، المرادية الجزائر العاصمة.
16. ساري حمدان وآخرون. (1993)، دليل معلم التربية الرياضية للصفوف (5-6-7). الأردن، وزارة التربية والتعليم.
17. عباس احمد صالح السامرائي. (1987)، طرق تدريس التربية الرياضية. الجزء 1، العراق.
18. عباس أحمد صالح السامرائي بسطويس أحمد بسطويس. (1984)، طرق التدريس في التربية الرياضية. العراق، جامعة بغداد.
19. عباس أحمد صالح السامرائي، وعبد الكريم السامرائي. (1991)، كفايات التدريسية في طرائق التدريس في التربية الرياضية. بغداد.
20. عبد الرحمن العيسوي، علم النفس بين النظرية والتطبيق، بيروت،
21. عبد الوهاب، عبد السلام طويلة. (1984)، فن التدريس. الطبعة 1 ، دار السلام للطباعة والنشر.
22. عبد الوهاب بوهدي (بدون سنة)، الرياضة مظاهرها السياسية والاجتماعية والتربوية. تعريب عبد الحميد سلامة، دار العربية للكتاب، سلسلة العلوم الاجتماعية.

23. عدنان درويش جلوان والآخرون. (1994)، التربية الرياضية المدرسية دليل المدرس الفصل وطالب التربية العملية. القاهرة، دار الفكر العربي.
24. عصام عبد الخالق. (1972)، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، ط 02، مصر، دار الكتب الجامعية.
25. عطف عبد الكريم. (1993)، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية. مصر، الناشر للمنشأة المعارف بالإسكندرية جامعة حلوان.
26. عطف عبد الكريم. (1994)، التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية. مصر، منشأة المعارف الإسكندرية.
27. عقيل عبد الله الكاتب وآخرون. (1986)، الإدارة للتنظيم في التربية البدنية، بغداد.
28. علي احمد مذكور. (1998)، مناهج التربية الرياضية أسسها وتطبيقاتها. مصر، دار الفكر العربي.
29. علي بشير الفاندي، إبراهيم رحومة زايد، فؤاد عبد الوهاب. (1983)، المرشد التربوي الرياضي، ط 02، طرابلس، المنشآت العامة للنشر والتوزيع.
30. فاخر عاقل. (1980)، دراسات في التربية و علم النفس. بيروت، دار علم الملايين.
31. فائز مهنا: التربية الرياضية. الحديثة الطبعة الثانية، القاهرة،
32. فؤاد البهي. (1987)، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة. الطبعة الثالثة، القاهرة. دار الفكر العربي.
33. قاسم المنذلاوي والآخرون. (1990)، دليل الطالب في تطبيقات الميدانية للتربية الرياضية. الجزء الثاني، العراق، جامعة الموصل.
34. قاسم حسن حسين والآخرون. (1979)، نظريات التربية الرياضية. بغداد، مطبعة جامعة بغداد.
35. لطفي بركات احمد. (1981)، دراسات في تطوير التعليم في الوطن العربي. العراق، جامعة بغداد.

36. لمياء فوزي محروس. (1990)، تأثير استخدام أساليب التدريس على مستوى الأداء المهاري والدافعية لبعض المهارات الأساسية.
37. محسن محمد حمص. (1998)، المرشد في تدريس التربية الرياضية. منشأة المعارف، الإسكندرية.
38. محمد الحماحي وأمين أنور الخولي. (1990)، أسس بناء برنامج التربية البدنية والرياضية، القاهرة، دار الفكر العربي.
39. محمد الحمايمي، أمين الخولي. (1990)، أسس بناء برامج التربية لبدنية والرياضية. القاهرة، دار الفكر العربي.
40. محمد بوزيان وآخرون. (1999)، النشاط البدني ودوره في تهذيب السلوك العدوانى لدى المراهق، الجزائر، دفعة جامعة الجزائر.
41. محمد حسن علاوي، سعد جلال. (1987)، علم النفس التربوي الرياضي، ط 6، مصر، دار المعارف.
42. محمد سعد زغلول والآخرون. (2002)، مدخل التربية الرياضية، الطبعة الأولى، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
43. محمد سعيد عظمى. (1996)، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية. الإسكندرية، منشأة المعارف.
44. محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي. (1965)، التربية الرياضية للخدمة الإجتماعية، القاهرة، مصر، دار النهضة العربية.
45. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ. (1987)، نظريات وطرق التربية البدنية، ط2، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.
46. محمد عوف. (1978)، المدرس في الجامعة والمجتمع، مصر، المكتبة الأنجلو مصرية.
47. محمد محمد الحمايمي. (1998)، تطور الفكر التربوي في مجال التربية الرياضية. القاهرة، مركز الكتاب للنشر.

48. محمود بسيونى، فيصل ياسين الشاطىء. (1992)، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية. الطبعة 1، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.
49. مرسي محمد عبد العليم. (1983)، المدرس والمناهج وطرق التدريس. الرياض، عالم الكتب.
50. منذر هاشم الخطيب. (1988)، تاريخ التربية الرياضية، ج2، بغداد.
51. المؤتمر العلمي الرياضي. (1988)، الرابع لكليات التربية الرياضية. الجزء الثاني، بغداد.
52. موسكا موستن، سارة. (1991)، تدريس التربية الرياضية. ترجمة جمال صالح، بغداد.
53. ناهد محمود السعد والنيلي زهري. (1998)، طرق التدريس في التربية الرياضية. الطبعة 1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
54. ناهد محمود السعد ونيلا رمزي فهيم. (2004)، طرق التدريس في التربية الرياضية. الطبعة الثانية، مصر، مركز الكتاب للنشر.
55. الهاشمي عابد توفيق. (1993)، طرق التدريس. الطبعة 14، مؤسسة الرسالة، بيروت.
56. وزارة الشباب والرياضة. (1976)، قانون التربية البدنية والرياضية. الجزائر، مطبعة جريدة الشعب الجزائر.
57. وليام ماسترز، والف بيرز (بدون س. ن.)، تعريب خليل رزوق: المراهقة والبلوغ، لبنان. دار الحرف للطباعة والنشر.
58. قانون 89 / 03 بتاريخ 14 فيفري 1989 والمتعلق بتنظيم المنظومة الوطنية لتربية البدنية والرياضية.

المجلات والمذكرات:

1. دعاء محي الدين. (2000)، أثر استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مسابقة قذف الفرص. مصر، رسالة ماجستير منشورة، طنطا.
2. لحر عبد الحق. (1993)، مكانة ودور التربية البدنية والرياضية في الجهاز التربوي الجزائري. الجزائر، (رسالة ماجستير)، غير منشورة.
3. سعاد محمد جبر. (1992)، أثر استراتيجيات التدريس بأساليب مختلفة على التذكر الحركي. كلية التربية الرياضية للبنات الإسكندرية، رسالة دكتوراه منشورة،
4. انطونيو خير ما كوفو. (1980)، التربية البدنية والنمو العقلي للأطفال. ترجمة كمال لطفي، مجلة المستقبل التربية العدد الأول، اليونسكو.
5. أبو حسين عز الدين وحماد الوامني، (1991)، الرياضة المدرسية ودورها في بعث الحركة الرياضية الوطنية، الجزائر - مستغانم، مذكرة الليسانس.
6. ميرفت علي خفاجة. (1989)، مقارنة لتأثير بعض الأساليب التدريسية في التربية الرياضية على مستوى أداء بعض المهارات الحركية للمرحلة الإعدادية. مصر، العدد 13، جامعة التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية.

المراجع باللغة الأجنبية:

1. Journal nouvelles Confidences. (le04/08/1988) , Alger, N° 17
Entreprise Publique du journal.
2. Rink,J.E :(1986)Teaching physical Education for learning.. st.
touris.G.V,Mosbu

3. Logsdon. B.J:(1977) Physical Education for children
.Philadelphia; Lea and Febiger.
4. Hamdi, M (198 7) – Alger, Histoire de la culture physique de
l'antiquité a nos jour– document didactique– L'EPS
5. loi du 1^{er} juillet 1901, relative au contrat d'association et décret
du 16 Août,1901
6. Benouarala, A et autre (1979). place et valeur de L'EPS dans
l'enseignement moyen. I.S.T.S.

