

## مفهوم التخطيط

التخطيط لغة يعني وضع خطه مدروسة للنواحي الاقتصادية والتعليمية والانتاجية وغيرها تنفذ في أجل محدود كما ورد في قاموس اوكسفورد على انه عمليه وضع الخطط التي تتعلق بامر ما

اما اصطلاحا فيعرفه "علي السلمي" بأنه تحديد الاعمال او الانشطه وتقدير الموارد واختيار السبل الافضل لاستخدامها من اجل تحقيق اهداف معينه

كما يرى هانري فايول بان التخطيط يشمل التنبؤ بما سيكون عليه المستقبل متضمنا الاستعداد لهذا المستقبل

اما التخطيط للتدريس فيعرف بانه تصور مسبق لما سيقوم به المعلم من اساليب وانشطه واجراءات واستخدام ادوات او اجهزه او وسائل تعليميه من اجل تحقيق الاهداف التربويه المرغوبه

## مبررات التخطيط للتدريس

التخطيط يساعد المعلم على تحقيق الأهداف التربوية

يستبعد سمات الارتجالية والعشوائية في العمل ويكسب المعلم الثقة بالنفس واحترام التلاميذ و وتقديرهم له

يساعد المعلم على تنظيم افكاره وترتيب مادته واجاده تنظيمها بأسلوب ملائم يكشف التخطيط للمعلم ما يحتاج اليه من وسائل تعليميه ينمي عند الاستاذ وتلاميذه الوعي بأهمية التخطيط في الحياه العامة

يساعد المعلم على التمكن من ماده وتحديد مقدار ماده الذي يناسب الزمن المخصص

يؤدي التخطيط الى نمو خبرات المعلم التعليميه والمهنيه بصفه دوريه

## انواع التخطيط

يقسم التخطيط وفقا للزمن الى ثلاثه اقسام ان التخطيط في التربيه البدنيه والرياضيه يعتمد على منهجيه تتمثل في

1 تخطيط وبرمجه العمل السنوي 2 تخطيط وبرمجه الوحدات التعليميه 3 تخطيط وبرمجه الوحدات التعليميه

تخطيط وبرمجه العمل السنوي الخطه السنويه وهي بعيده المدى حيث يرجو المعلم من ورائها الى تحقيق أهداف المقرر الدراسي

## تخطيط الوحدة التعليمية (cycle)

### 1- مفهوم التخطيط الدوري: The Concept Of Cyclic Planning

وهو تخطيط متوسط المدى يستغرق تنفيذه من شهرين إلى ثلاثة أشهر ويقصد بالتخطيط الدوري والمعبر عنه بالوحدة التعليمية التي يقابلها في مسميات المنهاج المجال التعليمي مجموعة الإجراءات والتدابير التي يقوم بها أستاذ التربية البدنية والرياضية في بداية كل سنة دراسية وبداية كل فصل دراسي وغالبا ما تسبقه عملية التقويم من أجل تحديد المكتسبات القبلية ليتم في ضوءها بناء الدور أو الوحدة التعليمية، وهي تتضمن مجموعة من الوحدات التعليمية (الخصص)، وتسعى كل وحدة تعليمية إلى تحقيق أهداف معينة والمعبر عنها في شكل كفاءة قاعدية، حيث تشتمل كل وحدة تعليمية على كفاءة قاعدية واحدة يتم تحقيقها من خلال أهداف تعليمية يمثل كل هدف منها نشاط جماعي أو فردي.

### 1-1 مراحل بناء الدور (الوحدة التعليمية):

#### 1-1-1 انطلاقا من المنهاج:

- حسب الفصل المراد برمجته.

- تحديد الكفاءة المستهدفة.

- تحديد مكوناتها أو المركبات المنبثقة منها.

#### 1-1-2 بناء التقويم التشخيصي:

- تدوين مركبات الكفاءة المراد ملاحظتها على بطاقة الملاحظة.

- تحديد الوضعية المشككة التقويمية الانطلاقية والتي من خلالها نستطيع ملاحظة مركبات الكفاءة.

- تحديد الفضاء الذي تمارس فيه الوضعية المشككة الانطلاقية.

- تحديد الوسائل اللازمة للممارسة.

- تحديد طريقة الملاحظة وكيفية الحكم على المركبات.

#### 1-1-3 فرز وتحليل نتائج التقويم التشخيصي:

- تحليل التقويم عن طريق تحليل نتائج ملاحظة المركبات.

-الحكم على المركبات (مكتسبة أو غير مكتسبة).

-حصر المركبات غير مكتسبة.

-ترجمتها على شكل أهداف تعليمية.

-توزيع هذه الأهداف على حصص تعليمية.

#### 1-4 تحليل الأهداف التعليمية:

-تحليل الأهداف التعليمية إلى أهداف جزئية (محتوى التعلم).

-تحديد وضعيات مشكلة تعليمية بسيطة لهذه الأهداف الجزئية.

-وتعرف هذه الوضعيات التعليمية المشكلة البسيطة بمحتوى الانجاز.

#### 1-5 القيام بمجموعة من الحصص التعليمية:

-يتم فيها تناول الأهداف التعليمية.

#### 1-6 إدماج التعلّيمات:

-تحديد وضعية مشكلة تعليمية إدماجية.

-يجب أن تحتوي المركبات المتناولة.

-يتم إدماج التعلّيمات المكتسبة في الحصص التعليمية.

#### 1-7 تحديد حصص تعليمية:

-تتم فيها عملية الضبط والتعديل إن وجدت.

-تبرمج فيها بقية الأهداف التعليمية.

#### 1-8 حصة إدماج:

-تحديد وضعية مشكلة تعليمية إدماجية يتم من خلالها إدماج التعلّيمات المكتسبة ومنه ادماج مركبات الكفاءة المستهدفة.

#### 1-9 حصة تقويمية تحصيلية:

تنجز باستخدام وضعية مشكلة انطلاقية، من أجل التأكد من نسبة التعلّيمات المكتسبة ومدى إدماج مركبات الكفاءة ومنه الحكم على الكفاءة من حيث إرسائها واكتسابها.

تخطيط الوحدة التعليمية (حصة التربية البدنية والرياضية)

## 1- تخطيط الوحدة التعليمية: Planning The Educational Unit

يظن البعض أن عملية التخطيط لدروس التربية البدنية والرياضية عملاً روتينياً سهلاً لا يحتاج إلى جهد كبير فهم يرون بأنه يجب عليه إعداد الدروس لمرة واحدة فقط ثم عليه تطبيقها بشكل روتيني على جميع المتعلمين باختلاف خصائصهم واحتياجاتهم، ولكن بالعكس فنحن نرى بأن تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية الحقة لا يتم بشكل جيد إلا إذا كان هناك تخطيط جيد علمي ومدرس يراعي كل الجوانب سواء المرتبطة بالمتعلم أو البيئة المحيطة به، فتخطيط درس التربية البدنية والرياضية يتطلب جهداً فكرياً وعملاً تعاونياً وتنظيماً مدروساً، ومن الملاحظ في الواقع اليوم أن الأستاذ بعد قضاءه عدة سنوات في التدريس يستغنون عن عملية إعداد الدروس والتجديد فيها وهذا ما يجعلها مادة جامدة لا تقدم الجديد ولا تتماشى مع التغيرات، وعملية التخطيط الجيد تعد خطوة فاصلة في الحفاظ على الحماس والإثارة في المهنة من جهة ولدى المتعلمين من جهة أخرى، وتجدر الإشارة هنا أي أنه يمكن للأستاذ أن يقوم بالتعليم والتدريس بدون إعداد للدرس لكن من الصعب أن يكون أستاذاً متميزاً دون إعداد.

ومن المعروف أنه ليس هناك شكل محدد لكتابة خطة الدرس، فالبعض يفضلون أن تكون الخطة مفصلة تفصيلاً وافياً بحيث تشتمل على الأهداف الإجرائية في الجوانب المعرفية والوجدانية والنفسحركية، وكذلك تحديد المفاهيم الأساسية للدرس والأدوات والأجهزة والتشكيلات والوسائل التعليمية والأدوات البديلة واستراتيجيات التدريس وكذلك أدوات معايير التقويم، بينما يفضل البعض الآخر أن تكون الخطة مختصرة، لا تحتوي إلا على عنوان الدرس والخطوط الأساسية.

وتؤدي خطة الدرس ثلاث وظائف مهمة وأساسية للأستاذ وهي:

تنظيم الأفكار وترتيبها.

تعد بمثابة سجل لأنشطة التعلم والتعليم.

تعد وسيلة يستعين بها المفتش لمتابعة الدرس وتقويمه وتقييم عمل الأستاذ وتقويمه.

### 1-1 عناصر تخطيط درس التربية البدنية والرياضية Elements Of planning

#### Lesson Of The Physical Education and Sports

البيانات العامة للدرس. – الأنشطة.

زمن الدرس. – التجهيزات و الأدوات.

أهداف الدرس. – التشكيلات المستخدمة.  
التقويم.

### 1-3 بناء وحدة تعليمية: Constructing An Educational Unit:

#### 1-3-1 تحديد هدف الحصّة:

يعبر عن مركبة من مركبات الكفاءة المستهدفة.

يكون في مستوى المتعلمين

قابل للتنفيذ والتجسيد ميدانيا.

له امتداد في الحياة اليومية.

#### 1-3-2 محتوى التعلم (الأهداف الجزئية):

نابعة من الهدف التعليمي.

مفهوم لدى المتعلمين.

محفزا ومشوقا.

#### 1-3-3 محتوى الانجاز (الوضعيّات التعليمية):

يخدم الهدف بصفة امة والأهداف الجزئية بصفة خاصة.

في مستوى المتعلمين.

خال من الأخطار.

الوسائل متوفرة لتحقيقه.

الفضاء مناسب لممارسه.

يتضمن طابع اللعب والتنافس.

### 1-1 بناء وتخطيط درس التربية البدنية والرياضية Constructing a Physical education and Sports Lesson:

اختلفت تقسيمات درس التربية البدنية والرياضية عبر مختلف الدول، فمنهم من يرى التقسيم الآتي:

وقد ظهر تقسيم جديد في بعض الدول المتقدمة في التربية البدنية والرياضية يشتمل على التمرينات المتباينة والأنشطة الرياضية المختلفة المنظمة فسيولوجيا وسيكولوجيا بطريقة تربوية سليمة، فقد قسم الدرس إلى ثلاثة أجزاء، هي:

### 1. الجزء التمهيدي (الإعدادي) / 2. الجزء الرئيسي / 3. الجزء الختامي

وهو التقسيم المعتمد عندنا في مؤسساتنا التربوية في الجزائر، وهو لا يعني استقلال كل جزء عن سابقه، بل يوجد ترابط بين أجزاء الدرس كلها، فالجزء التمهيدي لا بد أن يرتبط بالجزء الرئيسي أي يركز على إحماء العضلات والمفاصل وتهيئتها لزيادة الحمل في الجزء الرئيسي، وهكذا نجد كل جزء يمهّد للجزء التابع له.

وفيما يلي شرح عام لمحتويات الأجزاء الثلاثة لدرس التربية البدنية والرياضية:

#### - الجزء التمهيدي (المرحلة التحضيرية): Introductory Part:

ويسمى أيضا الإعدادي أو التحضيري، وينقسم إلى مرحلتين هما:

- مرحلة التهيئة للوصول إلى الجو التربوي ومنه العمل على تهيئة المناخ الملائم للتلاميذ، إعداد الملعب بالصورة التي يركز عليها الدرس، تحضير الأجهزة اللازمة التي تكون في متناول الأستاذ، وبعدها تهيئة التلاميذ، تبديل الملابس والدخول إلى الملعب أو القاعة.

- مرحلة الإعداد البدني أو (الإحماء) وذلك عن طريق إشراك جميع أجزاء الجسم وخاصة العضلات الكبيرة والمفاصل تمهيدا للعمل الأصعب الذي سيقوم به التلميذ في باقي أجزاء الدرس، ويكون هذا عن طريق الجري العادي أو الجري المتنوع أو تمرينات بسيطة شكلية وألعاب سهلة بعيدة عن القوانين المعقدة وأن يكون من النوع الذي يشغل كل التلاميذ في وقت واحد أطول فترة ممكنة خصوصا إذا كان الجو بارداً.

ومدة الجزء التحضيري من درس التربية البدنية والرياضية تكون من (8 - 10) دقائق يؤدي خلالها التلاميذ تمرينات توافق مستوياتهم البدنية والعقلية، وتكون مناسبة لدرجة حرارة الجو، كما يجب أن تكون مرتبطة بالوحدة التعليمية، ولهذا فالإحماء يكون على نوعين:

- إحماء عام: يشمل التمرينات والألعاب بأنواعها المختلفة لرفع القابليات البدنية.

- إحماء خاص: يخدم الأجزاء أو العضلات التي ستشارك في النشاط، البدني الجماعي أو الفردي



## -الجزء الرئيسي (مرحلة الانجاز الرئيسي): The main part:

يتضمن هذا الجزء الأمور الأساسية لبناء الصفات المطلوبة وكذلك بناء المهارات الرياضية الأساسية للوحدة التعليمية، ويتكون من نشاط تعليمي ونشاط تطبيقي، وهما مهمان جدا، وبذلك يمثلان أكبر جزء من الدرس بوقت 30 دقيقة.

كما يتضمن الجزء الرئيسي الأمور الأساسية لبناء المهارات الرياضية للألعاب المنظمة كالخفة والرشاقة وفعاليات الساحة والميدان، وهو يعتمد على ثلاثة نقاط (مهارات) أساسية هي: الشرح، العرض والتنفيذ.

فالنشاط التعليمي مدته من 10-6 دقائق والنشاط التطبيقي مدته من 20-18 دقيقة وبين أنه خلال الجزء الرئيسي ينبغي مراعاة العوامل التالية:

أ- الوقت المناسب لتمرين ما.

ب - التطوير لأقصى حد ممكن للنتيجة القياسية للتلاميذ.

ت - الزيادة في نسبة الحمولة بطريقة مناسبة ومنتظمة.

ث - المراقبة والتقييم المتزن والبيداغوجي الفعال لنتائج التلاميذ.

ج - تكوين وتثبيت احتياجات التلاميذ بواسطة الممارسة المنتظمة.

ح - تطوير النشاط الحر، التعاون والإرادة اتجاه المجهود والاستقلالية.

والتقويم الذاتي والمسؤولية الشخصية للتلاميذ والسلوك الجماعي، والنشاط التعليمي من الجزء الرئيسي هو النواة التي يبنى عليها الدرس كله، وهو صلب الخطة العامة والهدف التعليمي للدرس، يتعلم فيه التلاميذ مهارات جديدة يقوم الأستاذ بشرحها لهم لفظيا لتوضيح أهميتها ثم عمل نموذج يقوم به، أو يختار أحد التلاميذ لتأديته تحت إشرافه.

أما النشاط التطبيقي من الجزء الرئيسي فهو أحب لنفوس التلاميذ وله قيمة تربوية، حيث ينمي روح الجماعة ويعود التلاميذ على أمور القيادة التبعية وفيه يقوم التلاميذ بتطبيق المهارات السابقة التي تعلموها في النشاط التعليمي، وذلك مثلا بتنظيم منافسات بين المجموعات.

## -الجزء الختامي (مرحلة التقويم): part The final:

الغرض منه هو تهدئة التلاميذ نفسيا وعضويا والرجوع بأجهزة الجسم إلى حالتها الطبيعية وتهيئة التلاميذ للرجوع إلى حجرة الدراسة، ويشتمل هذا الجزء على تمرينات بطيئة التوقيت وهادئة حتى تهدئ من سرعة التنفس كالمرجحات أو رفع الذراعين عاليا، ثم يتم في هذا الجزء تقويم الحصة، والتعزيز هنا له دور فعال ومهم جدا، حيث يذكر الأستاذ ما

جناه التلاميذ من نتائج مختلفة حول الدرس فيمدح وينبه ويشجع ويوضح بعض  
النقائص، مع التركيز على ضرورة إشراك المتعلمين في عملية التقويم، وهكذا أيضا يتم جمع  
الأدوات والأجهزة وتنظيمها وخبزها في أماكنها في نظام وهدوء، ومدة المرحلة الختامية من  
الدرس هي 5 إلى 10 دقائق