

## المحاضرة الرابعة 04

### تعليمية الأنشطة البدنية والرياضية حسب منهاج المرحلة المتوسطة مثلا

#### تدريس التربية البدنية والرياضية

تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في ظل المقاربة بالكفاءات يعتمد أساسا على الطريقة النشيطة البنائية والبنائية الجماعية (أي بناء التعلّيمات).

وليتحقق هذا يتوجب على المعلم أن يأخذ بالمبادئ الأساسية التي تضمن له انتهاج هذه الطريقة:

- 1- لا يقتصر نجاح الحصّة على صياغة الهدف صياغة علمية سليمة من حيث المعنى والبعد الذي يرمي إليه فقط
- 2- ترمي الطريقة النشيطة البنائية و البنائية الجماعية إلى التوجه في كيفية تسيير وتقديم الدروس إلى إعطاء الأولوية للمتعلم ، حيث يوضع فردا أو ضمن جماعة في وضعية إشكالية تعليمية تحتاج إلى البحث عن الحل المناسب من بين مجموعة الحلول المحتملة، والابتعاد عن الوصفات الجاهزة المنطلقة من تمارين مباشرة لا علاقة له في غالب الأحيان بالواقع الذي يمثله النشاط.
- 3- هذا المنطق (منطق التعلم) يفرض على المربي أن يكون مرشدا وموجها للتلاميذ ، مما يتطلب منه مجهودا إضافيا بحيث يكون بجانبهم في أي لحظة ويرافقهم أثناء ممارستهم تعلماتهم ، مقدما لهم الإضافة اللازمة لبلوغ الحل المناسب في الوقت المناسب.

4- هذا يقتضي منه:

\*اختيار الأنشطة ( برمجة الأنشطة ) حسب:

- ما جاء في المنهاج من توجيهات.
- المنشآت الموجودة في المؤسسة.
- الوسائل التعليمية المتوفرة.
- مناخ المنطقة ، وكذا فصول السنة.
- التنسيق مع مجموع أساتذة المادة بالمؤسسة.
- \*بناء المشروع السنوي ( البرمجة السنوية):
- حسب الكفاءات المحددة في منهاج السنة (المستوى)
- دراسة مركبات الكفاءة.
- تناولها في التقويم بعد ذلك

\*بعد التقويم وحصر المركبات الغير المكتسبة يتم:

ترتيبها حسب أولويتها بما يتماشى والنشاط.

تصاغ اهداف عملية (اهداف خاصة)

يتم تحليل هذه الاخيرة الى اهداف جزئية تعبر عن محتوى التعلم (هذا ما يمثل الوحدة التعليمية).

5- لبناء حصّة تعليمية / تعليمية في التربية البدنية والرياضية وفي ظل المقاربة بالكفاءات وانتهاج الطريقة النشيطة

البنائية والبنائية الجماعية يجب العمل بما يلي:

1- التحقق من مدى ارتباط الهدف بالنشاط أي:

علاقته بالنشاط.

- مكانته من النشاط.
- ب- دراسة محتوى التعلم (الأهداف الجزئية) بحيث:
- يتم ترتيبها حسب أهميتها وأولويتها
- فهم المراد من هذه العناصر ضمن سياقها في النشاط.
- مدى علاقتها فيما بينها.
- مدى علاقتها بالهدف
- ج- اختيار الوضعيات المشكلة التعليمية التي تخدم هذه العناصر مرتبط ب:
- علاقتها بالهدف عن طريق محتوى التعلم.
- علاقتها بالنشاط وخصوصياته.
- مدى توفر الوسائل التي تتطلبها هذه الوضعية.
- مدى تحقيقها للهدف.
- مراعاة فضاء الممارسة.
- مراعاة مستوى التلاميذ.
- مراعاة حجم العمل الذي تقدمه.
- مراعاة الناحية الأمنية
- د- خلال سير الدرس يقوم المعلم ب:
- تقدي شروحات حول الوضعية المشكلة.
- علاقتها بالهدف .
- تقديم حقائق عملية (إن وجدت ..).
- تقديم أبعاد تربوية ..
- الإشارة إلى القيم الأخلاقية التي تحملها ..
- إضفاء صبغة النشاط على الوضعية المشكلة ..
- السهر على مشاركة كل التلاميذ .
- القيام بتصحيح الوضعيات والهيئات .
- التركيز على الهدف طيلة الدرس.

### تعليمية الأنشطة البدنية والرياضية

#### أولا : الأنشطة الجماعية

مثال : نشاط كرة السلة :كرة السلة في الوسط المدرسي:

لعبة كرة السلة لعبة رياضية تلعب في مبارياتها بين فريقين يحاول كل فريق منهما احراز اكبر عدد من النقاط

(محمود أبو نعيم،ص26، 2007)

إن لعبة كرة السلة في نشاط رياضي تنافسي بين فريقين متساويين في عدد عناصرهما ، بحيث يعمل كل فريق للتفوق على خصمه في حدود القانون المهيكل للنشاط نفسه.

وهذا يستمر التحضير والقيام بعمليات جماعية وفردية بالكرة وبدونها لسلة الخصم وتسجيل أكبر قدر من النقاط وفي نفس الوقت منعه من بلوغ سلته وتسجيل نقاط بدوره، لتحقيق الانتصار

الهدف: الهدف هو ادخال كرة في حلقة مرتفعة على الأرض وكل فريق حلقتة وعلى الفريق الاخر ادخال الكرة فيها  
 الفريق: في كل فريق هناك 5 لاعبين ويكونون مقسمين على الشكل التالي:  
 \*قائد الفريق ويكون واقفا عند خط6.15 أي (الثلاثية)ومهمته تمرير الكرة وتوزيعها  
 \*الجناح الأيمن واليسر ومهمتهم اما تسديد الكرة من خارج 6.15 وتسجيل 3 نقاط او الهجوم لتسديد  
 نقطتين.....يتبع.

#### أ . بعض خصائص نشاط كرة السلة:

\*وجود سلة على مستوى أفقي وعلى ارتفاع محدد

\*التعامل مع الكرة لطبيعة حجمها.

\*التعامل مع الخصم (عد اللمس)

\* طبيعة الملعب و اللعب تفرض القيام بحركات وتحركات خاصة.

#### ب . بعض القوانين الأساسية في كرة السلة:

\*يتكون الفريق من 10 لاعبين منهم خمسة أساسيين و 5 بدلاء.

\*بداية المقابلة تكون عن طريق دفع الكرة من طرف احد الحكام بين اثنين في منتصف الملعب.

\*يستأنف اللعب عند تسجيل النقاط أو وقوع خطأ من خارج حدود الملعب.

\*يتم التنقل عن طريق تبادلها بين عناصر الفريق او تنطيطها.

\*لا يجوز تنطيط الكرة عند مسكها بعد تنطيطها في السابق (إعادة التنطيط).

\*لا يجوز الجري أو المشي بالكرة (قاعدة المشي بالكرة).

\*لا يجوز لمس او مسك أو دفع الخصم.

\*لا يجوز إعادة الكرة إلى منطقتة بعد اجتياز نصف الملعب (العودة إلى المنطقة).

\*لا يجوز البقاء في منطقة سلة الخصم مدة ثلاث ثوان (قاعدة الثلاث ثواني).

\*يحق لكل اللاعبين الدخول والخروج (كأساسي أو احتياطي) عدة مرات حسب ما ينص عليه القانون.

#### ج . المنطق الداخلي لنشاط كرة السلة:

كلعبة جماعية فإن منطقها الداخلي لا يخرج على نطاق الداخلي المتعلق بالألعاب الجماعية عموما:

وضعية المواجهة الجماعية لربح الميدان والتقدم نحو منطقة الخصم لتسجيل نقاط في سلتة.

تنافس بين فريقين للاستحواذ على الكرة كاداة للتسجيل..

التحرك داخل ميدان مهيكل ومحدد.

امتلاك الكرة وفقدانها يعطي صفة الهجوم والدفاع.

تسيير العلاقة بين قوة الفريق وما يواجهه من الخصم.

تسيير العلاقة بين عناصر الفريق وتوحيد الرؤية لبلوغ الهدف.

فهم المواقف وجو الحوار المهاري بين عناصر الفريق واستثماره لبلوغ الهدف.

التعود على الالتزام بالقانون حتى وان كان في غير صالحه.

#### د . المشاكل الأساسية في الوسط المدرسي:

باعتبار كرة السلة نشاطا بدنيا ورياضيا ذو طابع تعاوني ومواجهة ، فإننا نجد بعض المشاكل تعترض

التلاميذ المبتدئين خلال عملية التعلم نحصرها في ما يلي:

- تسيير المجهود الفردي والجماعي.
- التحكم في الانفعالات باتجاه الخصم والزلاء وحتى الحكم والجمهور.
- التحكم في الجانب النفسي الحركي كالتوازن والتنسيق والادراك وضبط المسارات والمسافات الخ
- التحكم في الجانب المهاري التصرفي كالتنقل بالكرة ورميها أو استقبالها وتميرها الخ...
- التحكم في الجانب التكتيكي في الدفاع والهجوم.
- تنسيق العمليات مع الزلاء لمواجهة الخصم هجوما ودفاعا.
- التعرف على قدرات الخصم وطبيعة لعبه.
- القدرة على مجموعة مشاكل متباطلة عليه ومتجددة في حينها ولا يمكنها تنتظر الحل .
- القدرة على توقع العمليات وزمن ومكان وقوعها .

\*\*\*\*منهجية التعلم واساسيات تعلم كرة السلة لاحظ الملاحق بعد المحاضرة

**\*\*وعموما مراحل التعلم تكون كما يلي:**

- 1-تعلم التوقفات والتمحور والوضيعات والتنقلات في الدفاع
  - 2- مداعبة الكرة كالتنطيط والتمرير والاستقبال وصرف النظر عن الكرة الى ما يدور في الميدان
  - 3-استغلال الميدان في الهجوم والدفاع وفهم المواقف ومواجهتها
  - 4-التسديد من الثبات ومن الجري (السلمية) ومن الارتقاء
  - 5-قراءة اللعب وفهم الموقف وتحديد نوعية مواجهته في الدفاع والهجوم
- والعناصر التي تبنى عليها طرق التعلم في كرة السلة هي:

\*الوعي والفعالية

\*استخدام الوسائل السمعية البصرية

\*السلسل والتتابع

\*الوطيد والتثبيت

\*سهولة التحصيل والملائمة . (ثري محمد الوحش، 2015، ص123)

**الاعداد المهاري في كرة السلة:**

تهدف عملية الاعداد المهاري في كرة السلة الى تعلم المهارات الرياضية التي يستعملها اللاعب في بناء المنافسات الرياضية لتحقيق على المستويات وبلوغها وتعد المهارات الحركية المركبة اساس سير اللعب ويمكن تقسيم المهارات الاساسية في كرة السلة الى :

1-مهارات هجومية

2-التصويب

3-المتابعة (عبارة عن محاولات اللاعب المتكررة للتحكم في لوحة الهدف سواء في الدفاع او الهجوم للاستحواذ على الكرة)

4-المناوله (حركة الكرة بين اللاعبين او بين اعضاء الفريق لكن ان تعمل من مسافات قصيرة او بعيدة بين اللاعبين )

5-المحاورة

6-استقبال الكرة ومسكها

7-المهارات الدفاعية ونجد فيه المتابعة الدفاعية لغرض الاستحواذ على الكرات المرتدة من الهدف عقب التصويبات غير الناجحة للخصم.

8-قطع الكرة وتشتيتها. (مازن حسن جاسم، 2016، ص35-46).

قائمة المراجع للمحاضرة

1-الوثيقة المرافقة لمنهج التربية البدنية والرياضية ،مرحلة التعليم المتوسط ، وزارة التربية الوطنية ،الجزائر، 2016.

2-محمود أبو نعيم ، 2007 ، الألعاب الرياضية ، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع ، عمان ،الأردن.

3-ثري محمد الوحش ، رامى احسان ورديان، 2015، الالعاب الرياضية (النشأة ،الاعداد ،الايقاع)، دار دجلة ، عمان ،الاردن.

4-مازن حسن جاسم ، 2016، التقويم الموضوعي لفاعلية الاداء المهاري للاعبى كرة السلة، مكتبة المجمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان، الاردن.