

مطبوعة بيداغوجية لمحاضرات طرائق وأساليب التدريس للسنة الأولى ماستر نشاط بدني رياضي مدرسي

من إعداد : د/ مرتاض محمد

أستاذ محاضر قسم /معهد العلوم وتكنولوجيا النشاطات البدنية والرياضية – جامعة بائنة 2

السداسي الثاني للسنة الجامعية 2018 / 2019

رقم المحاضرة	عنوان المحاضرة	الصفحة
01	مدخل لمقياس أساليب التدريس (مصطلحات ومفاهيم)	03
02	تطور أساليب التدريس	07
03	تحليل اساليب التدريس في التربية البدنية الجزء 01	13
04	تحليل اساليب التدريس في التربية البدنية الجزء 02	22
05	أساليب التدريس غير المباشر	35
06	طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية	40
07	استراتيجيات التدريس في التربية البدنية والرياضية	53
08	كيف يمكن نقل المحتوى للمتعلم من خلال استراتيجيات التدريس في التربية البدنية والرياضية؟	64
09	المبادئ المنهجية وطرق التعلم و التدريب في التربية البدنية	73
10	مجموعة المبادئ المنهجية التدريب الرياضي	81
11	التقويم والتنقيط (تقدير الدرجات) في التربية البدنية والرياضية المدرسية	92

المحاضرة الأولى : مدخل لمقياس أساليب التدريس (مصطلحات ومفاهيم)

مفهوم التدريس: Teaching : فن توصيل المعلومات والمعارف إلى التلاميذ والإجراءات التي يقوم بها المعلم مع التلاميذ لإنجاز مهام معينة ولتحقيق أهداف محددة .

هو مجموعة من المهارات والخطط والفنون التي يمكن ممارستها (صالح السامرائي، عبد الكريم السامرائي، 1991)

ويعرفه (محمد زياد حمدان) بأنه عملية اجتماعية انتقائية، تتفاعل فيها كافة الأطراف التي تهمهم العملية التربوية من إداريين وعاملين ومعلمين وتلاميذ، لغرض نمو المتعلمين ، والاستجابة لرغباتهم وخصائصهم، واختيار المعارف والأنشطة والإجراءات التي تتناسب معهم ، وتتسجم في نفس الوقت مع روح العصر ومتطلبات الحياة الاجتماعية

وفي التربية البدنية والرياضية كميدان تدريس، يمكن تعريف هذا الأخير على انه ، مجموعة من علاقات مستمرة ، تنشأ بين المدرسة والمتعلم، هذه العلاقات التي تساعد المتعلم على النمو ، وعلى اكتساب المهارات والأنشطة البدنية (عفاف عبد الكريم ، 1989

مفهوم أساليب التدريس Teaching Style :

إجراءات يتبعها المدرس لتنظيم عملية التعلم وتوجيهها

وهي الوسيلة التي تحدد العلاقة المتبادلة بين المربي والتلميذ ، الموجهة نحو تحقيق مهام التعليم (محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992).

وأساليب التدريس أيضا تعني ” سلسلة من اتخاذ القرارات ، فهو يعرف بواسطة توزيع القرارات المتخذة من قبل المدرس ، أو المتعلم ، أو كليهما في عملية التدريس ، هذا يعني إن لكل أسلوب ما يميزه عن غيره من الأساليب ، أو بمعنى اصح أن تفعله وما لا يمكن أن تفعله (عباس احمد السامرائي ، عبد الكريم السامرائي ، 1991)

مفهوم طريقة التدريس Teaching Method :

الطريقة في اللغة تعرف بأنها السيرة أو المذهب، وجمعها طرائق

وفي الشأن التربوي فان الطريقة هي " كيفية تنظيم واستعمال مواد التعلم والتعليم ، لا جل بلوغ أهداف تربوية معينة " (حنا غالب ، 1966)

والطريقة أيضا هي الوسيلة التي تتبع للوصول إلى تحقيق الأهداف التربوية ، أي أنها الوسيلة التي يستخدمها المدرس ، والتي عن طريقها يكتسب التلاميذ النتائج المطلوبة من الدرس (محمد سعيد عزمي ، 1966،

وعموما هي " إجراء منظم ومنسق في استخدام المواد العلمية والمصادر التعليمية وتطبيقها بشكل يؤدي إلى تعلم التلاميذ بأسهل الطرق " .

الفرق بين الطريقة والأسلوب :

في الحقيقة وللكتيرين وللوهلة الأولى يقعون في إشكال كبير ، يتمثل في تشابه في الهيكل التنظيمي بين الطريقة والأسلوب ، وهذا ما دفع بنا إلى التطرق إلى الفرق بين الطريقة والأسلوب حتى لا تختلط الأمور . في الكثير من الكتابات بان الأسلوب يأتي دائما تابعا للطريقة .

الطريقة بمفهومها التقليدي تعني الأسلوب الذي يعرض به المدرس معلوماته ، وينقلها للتلاميذ ، الذين تتحصر مهمتهم في تلقي المعلومات و حفظها ...

أما المفهوم الحديث فإنها تعني الأسلوب الذي يستخدمه المدرس لتوجيه نشاط التلاميذ توجيهها يمكنهم من أن يتعلموا بأنفسهم ، فيستعملوا قدراتهم الفكرية في تطوير تعليمهم .(عبد القادر لعروسي ، 1997) ولهذا من الملاحظ انه عندما نتكلم عن الطرائق فيجب أن نحدد الأساليب التي تتماشى مع هذه الطرائق حتى تتمكن من بلوغ الأهداف المرجوة

* إستراتيجية التدريس Teaching Strategy :

هي خطة عامة للتدريس تشتمل على كل مكونات الموقف التدريسي من أهداف - طرق تدريس - وسائل تعلم - وسائل تقويم

مفهوم التغذية الراجعة :

تعرف التغذية الراجعة أو المرتدة أو الرجعية على أنها " المعلومات التي تصدر بخصوص استجابة معينة ، وتستعمل لتبديل الاستجابة القادمة " (داريل ساند نتوب ، ترجمة عباس احمد صالح السامرائي)

وهي أيضا " المعلومات التي توضح الفارق بين الهدف المحدد للأداء ، وبين الأداء المنفذ، كما تعتبر نوعا من المعلومات المغذاة من العين ، والإذن ، والعضلات ، و المفاصل ، والجلد ، والتي تختبر المؤدي بالظروف المحيطة بالحركة التي نفذها " (فتحي إبراهيم حماد ، 1996)
ومما سبق نجد أن التغذية الراجعة هي جميع المعلومات التي يمكن أن يحصل عليها المتعلم من مصادر مختلفة (داخلي أو خارجي أو كليهما معا) قبل وأثناء وبعد العمل ، لتعديل سلوك أو حدوث استجابة مراده.

مفهوم التعلم Learning ::

هو التغير الذي يحدث نتيجة الخبرات التي يمر بها الفرد، والخبرات الكبيرة والمتنوعة، وتأثير البيئة الاجتماعية والطبيعية و العاطفية التي يتم فيها التعلم. (هدى الناشف، 1993)
وهو أيضا تلك العمليات العصبية الداخلية التي لا يمكن ملاحظتها ، بل يستدل على حدوثها عند حدوث تغير في الأداء .

(بأنه التغير في سلوك الفرد كنتيجة للاستثارة والخبرة أي أنه عائد أو نواتج Guilford عرفه (جيلفورد) عملية التعلم وقد يكون تعلم قدرات أو مهارات وقد يحدث بقصد أو بدون قصد بهدف إحداث تغيير في سلوك المتعلم سواء كان سلوكي أو معرفي أو مهاري . (محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992)

*** التعليم Instruction :**

يعني أن المعلم يسعى لإحداث تغييرات لدى المتعلم أي أنه ليس غاية في حد ذاته ولكنه وسيلة لتحقيق التعلم وإحداث تغييرات سلوكية - معرفية - بدنية - مهارية - نفسية - وهو مشروع يتضمن مجموعة من الأنشطة والقرارات التي يتخذها المعلم بهدف نمو المتعلم .

*** وسيلة التدريس Teaching Aid :** الوسيط الذي يستخدمه المعلم بأسلوبه لتوصيل الأفكار أو المهارات للمتعلمين

مفهوم الحركة: تعرف عند الإنسان على أنها "تحرك جسم الإنسان من موضع إلى آخر ، أو إذا تحرك احد أعضاء الجسم سميت حركة " (وجيه محبوب، 1989)
ويصفها كل من (بيار قالت و رو برت) انه الترجمة الفورية المرئية للفعل البدني ، لكن هي كأداة لخدمة الشخص الذي ينجز الفعل .

وتطلق كلمة الحركة على كل انتقال ، أو دوران للجسم ، أو لأحد أجزائه ، سواء كان بغرض أو بدونه، ولا بد للحركة سواء كانت انتقالية أو دورانية أن تكون لها سرعة ثابتة أو متغيرة. (محمد يوسف الشيخ، 1975)

مصطلح حركة يشير إلى حدوث تغير حقيقي واضح لوضع طرف معين أو مجموعة من الأطراف أو الجسم ككل ، فهي تمثل الناتج الظاهر للعمليات الداخلية (Motor) و الغير ملاحظة.

وهناك العديد من الحركات التي يقوم بها الإنسان و التي تختلف فيما بينها من حيث الهدف و منها :

1-الحركات العشوائية :

وهي حركات تؤدي بدون هدف محدد واضح ، ومنها الحركات أو فاقد الوعي .

2-الحركات اليومية المعتادة :

والهدف منها قد يكون أما لإشباع الحاجات الفسيولوجية اليومية (كالأكل والشرب ...) ، أو قد يكون هدفها انجاز العمل اليومي (حرفي مكتبي أو)، أو قد يكون الهدف منها العبادة (الوضوء ن الصلاة...).

3-الحركات التعبيرية :

والهدف منها توصيل معلومة محددة للآخرين (كالتعامل بالإشارات في حالة البكم ، رقص الباليه ،حركات التعبير عن الضيق أو الفرح بالوجه واليدين)

4-الحركات الرياضية : والهدف منها تحقيق انجاز معين متمثلا في مشكلة أو واجب حركي محدد.

التعلم الحركي:

يعني اكتساب وتحسين وتثبيت و استعمال المهارات الحركية وذلك لتطوير الشخصية الإنسانية ، وتكامل

بربطها باكتساب المعلومات وتطوير قابليات التوافق (كورت ما ينل ، ترجمة علي نصيب، 1987)

- وحسب **شنايل (1978)**: أن التعلم الحركي عبارة عن عملية الحصول على المعلومات الأولية للحركة والتجارب الأولية للأداء وتحسينها ثم تثبيتها وتعتبر هذه العملية جزء من عملية التطور العام للشخصية.

ويعرف أيضا على انه العملية التي من خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابلية حركية جديدة أو تبديل

القابلية عن طريق الممارسة والتجربة.(نزار الطالب ، 1987)

وفي معجم علم النفس التعلم الحركي هو "تغير في السلوك خلال أعمال متكررة "

(dictionnaire de psychologie , 1968)

المحاضرة الثانية: تطور أساليب التدريس

مدخل:

لقد اثر تطور مختلف العلوم نتيجة لجهود الباحثين والعلماء في تطوير التدريس، وظهرت نتيجة ذلك أساليب التدريس الحديثة بعدما كان في القديم ينظر إلى المدرس على انه كل شيء وكان ملتزما بإتباع خطوات مضبوطة مفروضة عليه

وفي نفس الإطار تؤكد " عفاف عبد الكريم " على انه كان ينظر للتدريس على انه نشاط يتسم بالخصوصية معتمدا على القول أن التدريس تلقائي حدسي ، وقد ينتج عن ذلك السماح دائما للمدرس أن يعمل أي شيء ، وقد عبر عن النظرة التلقائية هذه بعبارات مثل ، الحرية الفردية ، طريقة ، التدريس الأبتكاري

وبضيف **موسكا موستن وسارة اشوورث** على ذلك قولهما (لا يجب أن ننكر تواجد أو قوة هذه الخصوصية ، إلا أنها لا يمكن أن تساعد فهم التدريس وتأثيره على التعليم) هذه الأساليب كلها ولدت ما يسمى بالثورة على الأساليب القديمة (التقليدية) ، وبدا يظهر هذا جليا في القرن العشرين بعد اكتشاف مجموعة أساليب التدريس الحديثة أو ما تعرف بالأساليب الحديثة **لموسكا موستن وسارة اشوورث**، وهذا ما أدى إلى التوصل لفهم عملية التدريس ، بعيدا عن ما يعرف بالخصوصية في التدريس.

وبفضل البحوث العديدة التي تمت خلال نصف القرن العشرين ، ظهرت أساليب التدريس المستقاة عن الخصوصية ، حيث أتاحت الفرصة لأي مدرس يرغب في التدريس بان يدرس.

وحسب "عفاف عبد الكريم" فقد ظهرت مجموعة أساليب التدريس سنة 1966 وكان رائدها **موسكا**

موستن ، وقد أطلق عليها (طيف أساليب التدريس **Spectrum of teaching styles**)

بمعنى أنها سلسلة من أساليب التدريس ، مرتبطة ببعضها البعض، وقد طبقت هذه الأساليب بتوسع

في مجال التربية البدنية ، ومن ذلك الوقت يعمل بها المدرسون بنجاح

مما سبق نرى أن عملية التدريس هي عملية هادفة تتسم بالحيوية عكس ما كانت عليه سابقا عندما كانت تعتمد على جهد المعلم ودوره المحوري في عملية التعليم ، ودور المتعلم السلبي الذي كان يعتمد على الإنصات والتلقي دون أن يبذل جهدا في الحصول على ما يريد الوصول إليه،

ولكن مع ظهور مجموعة الأساليب التدريسية الحديثة ، تم الاعتناء بهذا الجانب المهم بإعطاء المتعلم دوره الفعال في إبراز طاقته من الثقة بالنفس وروح المبادرة ، والقدرة على الإبداع ، وتنمية القدرة على الفهم ، وبروز ما يعرف بالاستقلالية في عملية التدريس ، وهذا ما يبرز دور المتعلم في عملية التدريس وبالتالي ينتقل تدريجيا من التبعية في اتخاذ القرارات إلى الاستقلالية فيها

أهمية أساليب التدريس الحديثة:

يقول (جيمس راسل) ينتقل دور المعلم من مجرد نقل المعرفة لتلاميذه إلى أن يدير مواقف التعليم والتعلم ، ولا يزال الكثير من المدرسين في الوقت الحاضر يعتمدون في نقل المعلومات إلى تلاميذهم على طريقة العروض اللفظية، ويخطي هؤلاء المعلمين عندما يفترضون أن مجرد العرض اللفظي للمعلومات سوف يعقبه بصورة آلية تعلم من جانب التلاميذ ' أساليب التدريس الحديثة أخذت أهميتها من تصور لها علاقة جديدة في التدريس بين المعلم والمتعلم والهدف ، حيث أنها أخضعت هذه العلاقة إلى التدقيق والتفحص من قبل المتعلمين في المجال الواقعي في المدارس.

انه وبفضل أساليب التدريس الحديثة تحول المتعلم من كونه إنسانا خاضعا لسيطرة المعلم في التفكير والعمل إلى إنسان مستقل في تجديد الأهداف، قادر على بلوغها بشكل فردي ، وهذا يمثل دورا كبيرا في السير بعمل التدريس إلى ما هو مخطط له بالإضافة إلى هذا ، فإنها أخرجت كلا من المعلم والمتعلم من العمل المألوف الذي اعتادوا عليه والمتمركز حول إعطاء الأوامر من المعلم وتلقي المعرفة إلى التلميذ إلى مجال جديد وغير مألوف بالنسبة للطرفين في إعطاء المعرفة وتوصيلها إلى التلميذ . إن التدريس اليوم أصبح من ضروريات العمل التربوي وهو يعتمد على جملة من المعطيات (الأهداف، المحتوى ، وأساليب التدريس، و وسائل التعلم ، والأنشطة التعليمية ، والتقييم)، كل هذه الأمور النظرية يجب أن يستفيد منها المعلم في معالجة وتحقيق الجانب الميداني التطبيقي . يرى " عبد المنعم محمد "إن الفكر النظري ليس فكرا عاجيا يعصى على التطبيق الفعلي شريطة أن يكون المعلم على وعي بمكونات المنظومة التعليمية المتشابكة الجوانب، وزان يحاول جاهدا أعمال فكره في الاستفادة إلى أقصى قدر ممكن من الفكر النظري التربوي في تطوير و تحسين عمله بما يتفق وطبيعة تلك المنظومة التعليمية،

فالتدريس يجب أن يهتم بكل الأمور، حتى يستطيع تحقيق الأهداف التربوية، ويجب أن لا يكون المعلم مجرد ناقل للمعرفة، بل يكون مديرا للعملية التعليمية ومشاركا في إخراجها وفقا لقدرات التلاميذ وخصائصهم.

تحليل عملية التدريس:

عملية التدريس تمر بثلاث مراحل ، حيث أن هذا التركيب يمثل القرارات التي تتخذ في المجموعات أو المراحل الثلاث ، وهذه المراحل هي:

التخطيط

التنفيذ

التقويم

أولاً:- مرحلة التخطيط:

*مرحلة التخطيط مرحلة تسبق التدريس ، وفيه يحدد المدرس الأهداف العلمية ومستوى المادة المدرسة ، ويدرس خصائص الفئة التي يدرسها بصفة عامة ، ويخطط للتدريس من كافة النواحي ويقوم بالإجابة على النقاط التالية كما حددها موسكا موستن وسارة اشورث:

الهدف من وحدة التدريس (أين الاتجاه من خلال وحدة التدريس ؟)

اختيار أسلوب التدريس : بعد إلمام المعلم وفهمه لمجموعة الأساليب ، بإمكانه تحديد أسلوب أو طريقة التدريس التي سوف تؤدي إلى التوصل إلى هدف الدرس .

أسلوب التعلم المتوقع إلى القرارين الأولين حول أهداف و أسلوب التدريس يقودان إلى معرفة وتحديد الأسلوب المناسب لعملية التعلم الذي سوف يعكس أسلوب التدريس .

من هم الذين نقوم بتدريسهم ؟ (هل يتعلق الأمر بالقسم كله ؟ بمجموعة واحدة ؟ فرد واحد؟ موضوع الدرس ، يجب اتخاذ القرار حول ماهية موضوع الدرس الذي يدرس .

*عملية التخطيط تعني تخطيط الأستاذ للدرس والتهيئة لتنفيذه ويشمل ذلك الإجراءات التالية :

1- تحديد الأهداف التعليمية العامة .

2- تقويم قدرات التلاميذ قبل بدء التدريس .

- 3- تخطيط وتحضير الأنشطة التعليمية .
- 4- تحضير الأدوات والأجهزة والوسائل التعليمية المستخدمة في الدرس .
- 5- إعداد طرق وأساليب التدريس .
- 6- تحضير البيئة التعليمية .

*وظائف التخطيط للدرس:

ويرى العديد من المختصون في الشأن التربوي أن التخطيط يؤدي ثلاث وظائف أساسية للمعلم وهي:
الأولى: أن الخطة تساعد المعلم على تنظيم أفكاره وترتيبها ، كما أن كتابتها تيسر عملية المراجعة والتفكير والتعديل.

الثانية: أن الخطة المكتوبة تعتبر سجلا لنشاط التعلم والتعليم ، يتم الرجوع إليه في حالة النسيان أثناء سير الدرس ، كما يسمح فيما بعد بمعرفة النقاط التي تمت تغطيتها أو دراستها في الموضوع المعين .
الثالثة : أن الخطة وسيلة يستعين بها المدرس في متابعة الدرس وتقويمه.

ثانيا- مرحلة التنفيذ :

تعبر المرحلة عن ما يريد المدرس القيام به ؟ وبشكل اصح : كيف ادرس ؟ بأي وسيلة ادرس ؟ أي يقوم المدرس بتنفيذ القرارات التي اتخذها خلال المرحلة السابقة وهي مرحلة التخطيط.
وتتضمن مرحلة التنفيذ مجموعة من القرارات تختص بنقل و أداء الأعمال نلخصها فيما يلي :

1-أوضاع الجسم و التهيئة النفسية للتلاميذ للعملية التعليمية

2- استخدام الأنشطة التعليمية .

3-نظام الأعمال وتوجيه التلاميذ نحو الأداء السليم

4- وقت البداية للعمل، الإرشاد والضبط للتلاميذ أثناء الأداء .

5- التوقيت والإيقاع الحركي والاستفادة الكاملة من الزمن المتاح

6-الانتهاء من العمل الراحة المظهر

7-بدء الأسئلة لغرض التوضيح(التقويم)

ويذكر ”موسكا موستن وسارة اشاوورث ” أن مرحلة الأداء والتنفيذ تتضمن قرارات معينة حول كيفية إيصال أو أداء المهارة وتشتمل قرارات التنفيذ على ما يلي :

التنفيذ والأداء : التقييد و الالتزام بالقرارات التي تتخذ في مرحلة ما قبل الدرس .

القرارات التي تتخذ بخصوص التعديل أو الإضافة : تتخذ هذه القرارات في حالة وجود تناقص أو صعوبات في تطبيق أي فقرة من الفقرات ، وفي بعض الأحيان لا تسير الأشياء كما كان متوقعا لها ضمن فقرة معينة ، وعند حدوث ذلك يتم اتخاذ قرار يتعلق بتعديل أو معالجة ذلك ثم تستمر العالية أو الوحدة الدراسية.

ثالثا : مرحلة التقويم :

أن القرارات التي تتخذ في هذه المرحلة تكون لها علاقة بعملية تقويم مستوى الأداء ، والتغذية العكسية التي يتم إعطاؤها إلى التلميذ أو مجموعة من التلاميذ ، ويتم اتخاذ هذه القرارات خلال أو بعد أداء المهارة أو المهارات كما أن حدوثها يتم بشكل متتال أو متعاقب ، تمثل العمليات التي من أجلها نقوم مدى تحقيق الأهداف التعليمية ، وذلك بقياس وتقويم عملية التدريس والتعليم ككل ، ويسعى المدرس هنا للإجابة عن سؤال أساسي هو : ما مدى تحقيق الأهداف؟

يجب على المدرس أن تكون له مهارة جيدة في تقويم الأهداف ويكون على دراية جيدة بما يدور حول عمل التدريس .

ومن المعمول به في التربية البدنية والرياضية انه وفي هذه المرحلة ،على المدرس أن يحدد الأهداف المراد تقويمها مسبقا وتوظيف البيانات والمعلومة المطلوبة لعملية التقويم ، والحصول على تسجيلات

لأداء التلاميذ وتحليلها من اجل التوصل إلى أحكام سليمة ، وفي ضوء ما يتم التوصل إليه يكون على المعلم أن ينظر إلى مدى حاجته إلى خطط جديدة أو تجريب أساليب تنفيذ أخرى.

وظائف مرحلة التقويم :

وعلى العموم فان التقويم يساعد المدرس على أداء وظائف أربعة :

- 1- معرفة جوانب الخطاء والصواب و القوة والضعف في تعليمه وأسبابه
- 2- الرضا وتحقيق الإشباع عندما يؤدي عمله بنجاح
- 3- الحكم على مدى كفاية طرائقه وأساليبه في التدريس
- 4- إصدار الأحكام التي تتخذ أساسا للتنظيم الإداري

المحاضرة الثالثة : (تحليل اساليب التدريس في التربية البدنية الجزء 01)

مدخل :

تشير العملية التدريسية إلى تنظيم وقيادة الخبرات التعليمية، تحقيقاً للغاية منها، وهي إحداث تغيير ونمو لدى الطالب.

وهي مجموعة علاقات مستمرة ، تنشأ بين المعلم والطالب، وهذه العلاقات تساعد الطالب على النمو واكتساب المهارات التي يراد أن تتحقق لديه. ولكي يتمكن معلم التربية البدنية من تحقيق هذه العلاقات ينبغي عليه التعرف على العوامل التي تسهم في تحقيقها؛ ومن أبرزها التعرف على أساليب التدريس، وكيفية استخدامها بصورة ناجحة أثناء عملية التدريس.

1- مفهوم أسلوب التدريس (تذكير)

هو الكيفية التي يتناول بها المعلم طريقة التدريس أثناء قيامه بعملية التدريس ، أو هو الأسلوب الذي يتبعه المعلم في تنفيذ طرق التدريس بصورة تميزه عن غيره من المعلمين الذين يستخدمون نفس الطريقة ، أي انه يمكن القول أن الأسلوب يرتبط بالخصائص الشخصية للمعلم.

. وللتوضيح أكثر يمكن أن نقول أن أسلوب التدريس قد يختلف من معلم إلى آخر [مثال] نجد أن المعلم "مصطفى" يستخدم الطريقة الكلية في تعليم مهارة حركية ، وان المعلم " جلال " يستخدم أيضا نفس الطريقة ومع ذلك نجد أن هناك فروقا دالة إحصائية في مستويات تحصيل التلاميذ . وهذا يعني أن تلك الفروق يمكن أن تنسب إلى الأسلوب الموصلة للمهارة.

2- طبيعة أسلوب التدريس:

يمكن أن نؤكد أن أسلوب التدريس يرتبط بالصفات والخصائص والسمات الشخصية للمعلم وهو ما يشير إلى عدم وجود قواعد محددة لأساليب التدريس ينبغي على المعلم إتباعها أثناء التدريس وبالتالي فان طبيعة أسلوب التدريس تظل مرهونة بالمعلم الفرد وبذاتيته والحركات الجسمية والانفعالات ونغمة الصوت والإشارات والإيماءات والتعبير عن القيم وغيرها.

ويجب التذكير فقط انه لا يوجد أسلوب تدريسي مثالي، حيث يمكن تحقيق أهداف الدرس بأكثر من أسلوب، ومعلم التربية البدنية هو الذي يحدد الأسلوب المناسب أثناء التدريس، وأي الأساليب يحقق نتائج أفضل من غيره.

ويعتمد اختيار هذه الأساليب على مجموعة عوامل أهمها ما يلي:

1- طبيعة أهداف الدرس.

2- طبيعة محتوى الدرس.

3- عمر الطالب وخبراته السابقة، ومستواه العقلي والبدني.

4- قدرات المعلم واستعداداته في تنفيذ الدروس.

5- الزمن المتاح والإمكانات المتوفرة.

3- أنواع أساليب التدريس:

يصنف المختصون في التدريس أساليب هذا الأخير إلى أساليب التدريس المباشرة و غير المباشرة:

يعرف أسلوب التدريس المباشر بأنه ذلك النوع من أساليب التدريس الذي يتكون من آراء و أفكار المعلم الذاتية (الخاصة) و هو يقوم بتوجيه عمل التلميذ و نقد سلوكه، و يعد هذا الأسلوب من الأساليب التي تبرز استخدام المعلم السلطة داخل الفصل الدراسي.

حيث نجد أن المعلم في هذا الأسلوب يسعى إلى تزويد التلاميذ بالخبرات و المهارات التعليمية التي يرى هو أنها مناسبة، كما يقوم بتقويم مستويات تحصيلهم وفقا لاختبارات محددة يستهدف منها التعرف على مدى تذكر التلاميذ للمعلومات التي قدمها لهم، مثل طريقة المحاضرة و المناقشة المفيدة و من الأساليب التابعة لهذا النوع :

1- أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري).

2- أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي).

3- أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي).

4- أسلوب التطبيق الذاتي.

5- أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات (التضمين).

أما أسلوب التدريس غير المباشر:

فيعرف بأنه الأسلوب الذي يتمثل في امتصاص آراء و أفكار التلاميذ مع تشجيع واضح من قبل المعلم لإشراكهم في العملية التعليمية وكذلك في قبول مشاعرهم و في هذا الأسلوب فإن المعلم يسعى إلى التعرف على آراء ومشكلات التلاميذ، و يحاول تمثيلها، ثم يدعو التلاميذ إلى المشاركة في دراسة هذه الآراء و المشكلات و وضع الحلول المناسبة لها، و من الطرق التي يستخدم معها هذا الأسلوب المتشعب (حل المشكلات) و أسلوب الاكتشاف الموجه وفيما يلي نستعرض مجموعة الأساليب غير المباشرة.

أ- أساليب الاكتشاف:

1- أسلوب الاكتشاف الموجه.

2- أسلوب الاكتشاف المتعدد (الحر).

ب- أساليب: (الإبداع):

1- أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلة).

2- أسلوب تصميم المتعلم للبرنامج الفردي.

3- أسلوب المبادرة من المتعلم.

4- أسلوب التدريس الذاتي.

غير انه لكل أسلوب واجبا معينا يستخدمه المدرس مع الطلاب حسب ما يراه المدرس مناسباً لإمكانات ومستويات الطلاب وتكون هذه الأساليب متساوية من المضمون ولا يوجد أسلوب أفضل من أسلوب آخر وقد ذكر موسكا موستن إن لكل أسلوب واجبا معينا في تطوير الطالب من الناحية البدنية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية.

دور المعلم والطالب في اتخاذ القرارات الثلاثة في بنية أساليب موستن لتدريس التربية البدنية.

الرقم	اسم الأسلوب	مجموعة القرارات الثلاثة		
		التخطيط	التنفيذ	التقويم
1	أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري)	المعلم	المعلم	المعلم
2	أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي)	المعلم	الطالب	المعلم
3	أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)	المعلم	الطالب المؤدي	الطالب الملاحظ
4	أسلوب التطبيق الذاتي	المعلم	الطالب	الطالب
5	أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات	المعلم	الطالب	الطالب
6	أسلوب الاكتشاف الموجه	المعلم	المعلم - الطالب	المعلم - الطالب
7	أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلة)	المعلم	الطالب - المعلم	الطالب - المعلم
8	أسلوب تصميم المتعلم للبرنامج الفردي	المعلم	المعلم - الطالب	المعلم - الطالب
9	أسلوب المبادرة من المتعلم	الطالب	المعلم - الطالب	المعلم - الطالب
10	أسلوب التدريس الذاتي	الطالب	الطالب	الطالب

قنوات النمو في أساليب مؤسستن للتدريس من منظور استقلالي

الرقم	اسم الأسلوب	مجموعة القرارات الثلاثة		
		الجانب المهاري	الجانب الاجتماعي	الجانب الانفعالي
1	أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري)	1	1	1
2	أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي)	1	2	2
3	أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي)	2	3	3
4	أسلوب التطبيق الذاتي	2	2	4
5	أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات	5	2	5
6	أسلوب الاكتشاف الموجه	2	2	6
7	أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلة)	7	2 أو 7	7
8	أسلوب تصميم المتعلم للبرنامج الفردي	8	2	8
9	أسلوب المبادرة من المتعلم	9	2	9
10	أسلوب التدريس الذاتي	10	2	10

الحد الأدنى 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 الحد الأقصى

ملاحظة:

يساعد الجدول السابق على تحديد درجة الهدف الذي نريد تحقيقه من خلال الأسلوب، فإذا كان الهدف يركز على استرجاع المعلومات فيمكن أن يختار المعلم من 1-5 وإذا كان الهدف الإنتاج فيمكن أن يختار المعلم من 6-7 أما إذ كان من 8-10 فيكون مع ذوي الأكثر خبرة.

- وقد يختار المعلم أسلوبين أو ثلاثة من الأساليب الموضحة في الجدول السابق في درس واحد لتعليم مهارة محددة كان يختار الأسلوب (الأمري) مثلاً لجزء (الإحماء) (والتطبيق الذاتي) (للتمرينات) و(الاكتشاف الموجه أو حل المشكلة) (الجزء الرئيس) مع ملاحظة مدى تحقق قنوات النمو في كل جزئية من الدرس.

أولاً/ مجموعة الأساليب المباشرة:

• 1- الأسلوب الامري : (أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي)

يعد الأسلوب الامري في عملية التدريس الأسلوب الأول في مجموعة الأساليب ويتميز هذا الأسلوب بقيام المعلم باتخاذ جميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس "التخطيط"، وفي مرحلة الدرس "التنفيذ"، وكذلك في مرحلة ما بعد الدرس "التقويم" (تطبيق المهارات والأوضاع ووقت

الأداء ومدة التوقف بين تطبيق مهارة وأخرى ومداهما الزمني يتخذها المعلم نفسه ، ولا يزال هذا الأسلوب يستخدم في تدريس التربية البدنية و الرياضية في مؤسساتنا التربوية إلى الآن ويعتقد إن هذا الأسلوب من أكثر الأساليب فاعلية عندما يكون هناك وقت قصير أو محدد لتحقيق مهمة معينة.

من ايجابيات الأسلوب الامري ما يلي:

*استخدامه مع التلاميذ الصغار مناسب

*يمكن استخدامه مع المبتدئين في المهارة

*يمكن استخدامه في المهارات الصعبة لأجل السيطرة على مسار العمل

*يمكن استخدامه في تصحيح الأخطاء الشائعة في الفعاليات والأخطاء الفردية

ويستخدم أيضا للسيطرة على القسم وفرض الانضباط عليه،ويمكن استخدامه في الفعاليات الصعبة والخطيرة التي يكون فيها التلميذ عرضة للاصا بات الرياضية مثل دفع الجلة ، أو رمي المطرقة...)

ويستخدم أيضا لتوجيه الطاقات الزائدة للطفل ، ويساعد على اكتساب مهارات جديدة.

ومن سلبيات هذا الأسلوب :

*انه لا يؤخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية في النشاطات الرياضية بين الطلبة.

*لا يعطي الفرصة الكافية للتلميذ في اخذ القرار

*لا يساعد على الإبداع

*لا يشجع على التعاون بين التلاميذ للوصول لنتيجة مثمرة.

وعلى العموم وإذا اعتمدنا مع الطالب الاستقلال في أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري)

فإننا نجد ما يلي:

- 1- الجانب المهاري: يقف دور الطالب عند حد التلقي وبذلك يكون في أدنى مستوى له.
- 2- الجانب الاجتماعي: إن تلقي الأوامر من المعلم لا يؤدي إلى تفاعل اجتماعي وبذلك يكون النمو الاجتماعي في أدنى مستوى له.

3- الجانب الانفعالي: بعض الطلاب لا يتقبلون الأوامر بشكل دائم مما يؤثر على مستوى الراحة النفسية لديهم، والبعض يتقبل الأوامر والتلقين فيشعرون براحة كبيرة.

4- الجانب المعرفي: يركز هذا الأسلوب على مستوى التذكر وهو أقل مستويات المعرفة.

قنوات النمو في الأسلوب الامري (أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي) :

الرقم	اسم الأسلوب	قنوات النمو		
		الجانب المهاري	الجانب الاجتماعي	الجانب الانفعالي
1	الأسلوب الامري (أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي)	1	1	1

: (أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم) الأسلوب التدريبي 2-

ويعني تحويل وانتقال بعض القرارات المعينة أو المحددة من المعلم إلى المتعلم إذ يخلق هذا الأسلوب نوعا جديدا من العلاقات بين كل من المعلم والتعلم و بين المتعلم والمهارات وكذلك بين المتعلمين أنفسهم، ومن هذا يمكن إن يحقق بعض الأهداف التي تتعلق بتحسين الانجاز لدى المتعلم. ويعرف **موسكا** **موستون** هذا الأسلوب بأنه "الأسلوب الذي يوفر للطالب الوقت الكافي للعمل الانفرادي وكذلك يوفر للمدرس الوقت الكافي لإعطاء التغذية الراجعة الفردية والخصوصية فالأسلوب التدريبي يعتمد على التصميم ثم الغرض والممارسة ثم التغذية الراجعة وهذا يسمى بالأنموذج التدريبي "

ففي الأسلوب التدريبي يتم نقل القرارات جميعها والمتعلقة بمرحلة التطبيق من المدرس للطالب لأول مرة بممارسة العملية التعليمية بخط جديد ومن أهم ايجابيات هذا الأسلوب أداء خطط للتدريس بشكل جيد و ناجحا مع عدد كبير من الطلاب و مع عدد صغير أيضا.

ويعد خبراء طرائق التدريس أن الأسلوب التدريبي هو من أفضل الطرائق التي تراعي زيادة وقت التطبيق ،و تقديم المعلومات والإيضاحات وتصحيح الأخطاء ويسهمان في عملية التعلم وحتى تتضح أهمية هذا الأسلوب فانه من المناسب أن نذكر إن تطوير مهارة تحتاج إلى وقت معقول للتدريب عليها وكذلك الإعادة والتكرار وتصحيح الأخطاء ولذلك اعتبر الأسلوب التدريبي هو الأسلوب الأمثل لتقويم الحد الأعلى من الوقت للتطبيق.

من ميزات هذا الأسلوب

أن هناك انتقال تدريجي للقرارات من المعلم (المدرس) إلى المتعلم (التلميذ) ، وهذا بغرض إعطاء المتعلم دورا أكثر ايجابية من الأسلوب الامري، وهنا يكون لنا توسع قليلا في عملية اخذ القرار وإعطاء الحرية للمتعلم.

*هناك استقلالية محدودة يتمتع بها التلميذ مقارنة بالأسلوب الامري

*يمكن استخدامه مع مجموعة كبيرة من التلاميذ

*يساعد على إبراز المهارات الفردية للتلاميذ وإبداعاتهم

*يعطي وقتا كافيا للتلاميذ لممارسة الفعالية .

*يعلم التلميذ كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة

*يمكن التلاميذ من مشاهدة المعلم في الوضع الذي يختارونه

ومن عيوب هذا الأسلوب

*يحتاج إلى تجهيزات كثيرة

*لا يمكن السيطرة على حركات الفعاليات الدقيقة

*لا يمكن تطبيقه مع كافة الأعمار فهو يحتاج لمعرفة مسبقة وخلفية جيدة حول تلك اللعبة.

قنوات النمو في أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي):

في هذا الأسلوب يلاحظ التقدم في جوانب النمو نتيجة اتخاذ الطالب للقرارات التسعة ما عدا الجانب

المعرفي.

1- الجانب المهاري: هناك تقدم نتيجة أن الطالب يمارس العمل بدون أوامر.

2- الجانب الاجتماعي: إن حرية اختيار الطالب للأماكن يجعل الطالب يختار المكان القريب من زميله الذي يرتاح إليه.

3- الجانب الانفعالي: ينمو في هذا الأسلوب الجانب الانفعالي أكثر من سابقه وذلك نتيجة لزيادة نمو

الجانبين المهاري والاجتماعي.

4- الجانب المعرفي: يكون النمو قليلاً في هذا الأسلوب نظراً للتركيز على جانب التذكر.

قنوات النمو في أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي):

الرقم	اسم الأسلوب	قنوات النمو		
		الجانب المهاري	الجانب الاجتماعي	الجانب الانفعالي
2	أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي)	1	2	2
		الجانب المعرفي		1

مثال تطبيقي عن الأسلوب التدريبي:

ورقة عمل (1) الإرسال في كرة الطائرة من أسفل مواجهة، الأسلوب: التدريبي
 الفصل: التاريخ / / رقم البطاقة (15)
 تعليمات الطالب:

1- مارس العمل كما هو موصوف. (التعليم)

2- أداء الإرسال من أسفل مواجه أربع مرات.

الرقم	تسلسل المهارة
1	قف خلف خط الإرسال والصدر مواجه الشبكة وإحدى القدمين للأمام والأخرى للخلف
2	ضع الكرة على راحة اليد غير الضاربة أمام الرجل الخلفية
3	ادفع اليد الحاملة للكرة لأعلى في ارتفاع الكتف.
4	مرجحة اليد الضاربة مع ميل الجسم للأمام
5	اضرب الكرة باليد وهي متخذة شكل السطح الخارجي للكرة أو اضرب بالأصابع مضمومة

(التطبيق)

1- أداء الأعمال كما هو موضح في الورقة.

وضع علامة (✓) أمام العمل المكتمل وعلامة (x) أمام العمل الغير مكتمل.

الأعمال	عدد التكرار	النتائج		التغذية الراجعة من المعلم
		1	2	
1- أداء الإرسال على الحائط من مسافة 3م	3 مرات			
2- أداء الإرسال على الحائط من مسافة 4م	3 مرات			
3- أداء الإرسال من فوق الشبكة من مسافة 3م	5 مرات			
4- أداء الإرسال من فوق الشبكة من مسافة 4م	5 مرات			
5- أداء الإرسال من منطقة الإرسال	5 مرات			

قائمة المراجع للمحاضرة الثالثة:

- 1- ،عبد عبد الحلیم محمد،رحاب عادل جبل،2011، المهارات التدريسية والتدريب الميداني، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية ، جمهورية مصر.
- 2- محمد حسين محمد عبد المنعم،2012، طرق تدريس العاب الجماعية بين النظرية والتطبيق، الطبعة الاولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية ، جمهورية مصر.
- 3- احمد عطاء الله،2005، أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر .
- 4- محسن محمد درويش حمص ،عبد اللطيف سعد سالم حبيلوص،2013، أساليب تدريس التربية الرياضية والذكاءات المتعددة، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية ، جمهورية مصر.
- 5- رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد، خالد بن ناصر الصبر 1426هـ ، أساليب التعليم في التربية البدنية ، مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض .

المحاضرة الرابعة (تحليل اساليب التدريس في التربية البدنية الجزء 02)

- الأسلوب التبادلي: (العمل الزوجي) أو أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران

في هذا الأسلوب تكون الحرية أكثر للتلاميذ في اتخاذ القرارات ، وفي إعطاء التغذية الراجعة للزميل ، وبالتالي فإنه يكون هناك تأثير مباشر على عملية التعلم وعملية تحقيق النتائج. في هذا الأسلوب يمكن إعطاء التلميذ دورا رئيسا في العملية التعليمية إذ تحوله قراراته أكثر وهذه القرارات تختص أساسا بالتقويم ليعطي تغذية راجعة مباشرة لترجيئه في مرحلة تطبيق المهارات لغرض تصحيح المسار الحركي للأداء و لغرض بلوغ الهدف المنشود في ممارسة العمل فكلما تعلم المتعلم بسرعة كيف يؤدي كانت فرصته اكبر للأداء الصحيح

يقوم المدرس بتنظيم الصف بشكل أزواج (على وفق مقاييس الطول) ، ويكلف كل فرد بدور خاص بان يكون احد الطلاب مؤديا لكي يقوم بأداء الحركة ، والآخر يكون مراقبا (أي الذي يشرف على أداء الزميل) فيكون انجاز العمل من الطالب المؤدي واتخاذ القرارات الممنوحة له كما في الأسلوب التدريبي ، وإما دور الطالب المراقب فهو يراقب أداء الطالب المؤدي ويقدم له الإيضاحات ويصح له الأخطاء مستندا إلى المعلومات التي سبق أن أعدها المعلم في ورقة الواجب وشرحه للصف ، في الجزء التعليمي من الخطة ويعطي له تغذية راجعة مباشرة خلال العمل أو بعد الانتهاء منه.

وبتفصيل أكثر يصنف الأستاذ التلاميذ ، بشكل تلميذ (عامل) وآخر (ملاحظ) ، ودور التلميذ العامل هو انجاز العمل واتخاذ القرارات الممنوحة كما في الأسلوب التدريبي ، أما دور التلميذ الملاحظ فهو إعطاء التغذية الراجعة إلى التلميذ العامل ، مستندا في ذلك إلى معلومات وفيه سبق للمعلم أن أعدها إما بشكل بيانات معلقة على الجدار توزع على التلاميذ مسبقا ، وتأكيدا من الأستاذ يتم شرحها بصورة مختصرة في القسم الرئيسي ، الجزء التعليمي والعلاقة المتبادلة بين التلميذ تستمر حتى ينتهي التلميذ الأول من عمله ثم بعد ذلك يستبدل الدور ، حيث يصبح التلميذ العامل ملاحظا والتلميذ الملاحظ عاملا ، وهذا يعني أن التلميذين يقومان بالأدوار نفسها ، ومن خلالها جاءت التسمية بالأسلوب التبادلي أو المشترك ، أما دور الأستاذ فهو :

*اتخاذ القرار في مرحلة ما قبل الدرس

*إعطاء نوع العمل بشكل بيانات وكيفية تطبيقها

*ملاحظة ومراقبة عمل التلميذ العامل والملاحظ

*يكون قريبا من التلميذ الملاحظ عندما يحتاج إليه.

يتميز الأسلوب التبادلي بنقاط لا حصر لها :

*يفسح المجال أمام كل تلميذ أن يتولى مهام التطبيق

*يفسح المجال عن كيفية إعطاء التغذية الراجعة في الوقت المناسب

*لا يحتاج إلى وقت كبير في التعلم

*يفسح المجال لممارسة القيادة لكل تلميذ

*للتلاميذ مجال واسع للإبداع في تنفيذ الواجب

*هذا الأسلوب يعطي الفرصة الكبيرة للتلاميذ بالاطلاع على تحليل الحركة بشكل دقيق وملاحظتها عند

المؤدي ،ومقارنتها بالمعيار الذي هو عنده وهذه الفرصة لا تتوفر له في الأساليب السابقة.

أما عيوب هذا الأسلوب فنلخصها في ما يلي:

*تصعب السيطرة على تنفيذ الواجب ودقته

*الحاجة إلى أجهزة وأدوات كثيرة

*كثرة المناقشات بين التلاميذ حول تنفيذ الواجب

*كثرة الاستعانة بالمعلم حول حل الإشكال وتنفيذ الواجب

*كثرة ضغوط العمل على المعلم.

قنوات النمو في أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي):

في هذا الأسلوب يلاحظ التقدم في جوانب النمو نتيجة اتخاذ الطالب للقرارات التسعة ما عدا الجانب المعرفي.

- 1- الجانب المهاري: النمو المهاري في هذا الأسلوب مشابه للنمو المهاري في الأسلوب التدريبي مع زيادة وهي أن الطالب يأخذ تغذية مباشرة من الملاحظ.
- 2- الجانب الاجتماعي: بما أن الطالب يتعاون مع زميله فإن المهارات الاجتماعية تكون في أقصى مدى نحو النمو.
- 3- الجانب الانفعالي: تتطلب التغذية الراجعة من الطالب الكثير من الصفات السلوكية مثل الأمانة والصبر والاحترام مما يجعل الجانب الانفعالي في أقصى مدى له.
- 4- الجانب المعرفي: يستعمل الطالب في هذا الأسلوب عمليات فكرية جديدة مثل المقارنة والمحاكاة وبذلك يكون الطالب أكثر انطلافاً عن الأسلوب السابق.

الرقم	اسم الأسلوب	قنوات النمو		
		الجانب المهاري	الجانب الاجتماعي	الجانب الانفعالي
3	أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التبادلي)	2	3	3

خطوات تنفيذ أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي):

- 1- أهم عمل يقوم به المعلم قبل تنفيذ هذا الأسلوب هو إعداد ورقة العمل حيث يتوقف نجاح أو فشل هذا الأسلوب على مدى وضوح هذه الورقة وسلامتها.
- 2- كما أن شرح الأسلوب وتوضيح طريقة استخدام الورقة عاملاً مهماً في مدى تعاون الطالب مع زميله وقدرته على تقديم التغذية الراجعة وبعد أن يتم استلام ورقة العمل من المعلم وتحديد الطالب المؤدي والطالب الملاحظ يتم تحديد المهارات المطلوبة من الطالب المؤدي والاستجابة المأمولة من الطالب الملاحظ فيتعاون الطالب مع زميله في تقديم التغذية الراجعة بحيث يتم توزيع الطلاب إلى مجموعات

زوجية أو ثلاثية ويقوم كل من الطالب المؤدي والطالب الملاحظ والمعلم بأدوار محددة مع مراعاة ما يلي:

- 1- تحديد أسماء كل من الطالب المؤدي والطالب الملاحظ.
- 2- تحديد نوع الأداء المراد تنفيذه من قبل الطالب المؤدي.
- 3- تحديد مهمة الطالب الملاحظ وتذكيره بدوره.
- 4- وصف دقيق للعمل وتجزئته إلى أجزاء مترابطة ومتتابعة.
- 5- صياغة كل عبارة بشكل أمري.
- 6- تحديد عدد مرات التكرار.
- 7- عينة من الكلمات اللفظية التي يمكن استخدامها أثناء تقديم التغذية الراجعة.
- 8- صور أو رسومات توضيحية للمهارة.
- 9- عدم كتابة الخطوات الفنية والتعليمية للمهارة في الجزء الرئيس من إعداد الدرس والاستعاضة عنها ببطاقة المهام التي يتم إعدادها من قبل المعلم.

(1) تحديد دور الملاحظ:

- أ- استلام ورقة المعيار الخاصة بالنموذج الصحيح للأداء.
- ب- ملاحظة أداء الطالب المؤدي.
- ج- مقارنة الأداء بالمعيار.
- د- تقديم التغذية الراجعة للطالب المؤدي.
- هـ- تسجيل النتائج للطالب المؤدي.
- و- الاتصال بالمعلم إذا كان ذلك ضرورياً.

(2) دور المعلم:

- أ- الإجابة عن أسئلة الطالب الملاحظ.
- ب- الاتصال فقط بالطالب الملاحظ.
- ج- مراقبة أداء كل من الطالب المؤدي والطالب الملاحظ.
- 3- تبديل الأدوار بعدما ينتهي الطالب المؤدي من العمل.
- 4- نماذج للكلمات التي تستخدم للتغذية الراجعة من الطالب الملاحظ للطالب المؤدي:

مثال: التصويب من الثبات في كرة السلة.

أ- حاول أن تركز أكثر.

ب- أنتي ركبتك قليلاً.

ج- أحسن.

د- أداؤك جيد.

هـ- حاول أن تعطي الكرة قوة دفع منا

ورقة معيار كرة يد (التصويب من السقوط) - بطاقة رقم (..)

اسم الطالب: التاريخ / / الأسلوب المستخدم (الأقران)

اسم الطالب المؤدي:

اسم الطالب الملاحظ:

1- دور الطالب المؤدي: أداء ست محاولات للحركة.

2- دور الطالب الملاحظ: تقديم التغذية الراجعة.

- تسجيل الأداء بوضع علامة (✓) للمحاولة الصحيحة وعلامة (×) للمحاولة الخاطئة.

3- يتم التبديل بعد المحاولة الثالثة.

4- يتم التسجيل بعد المحاولة السادسة.

المؤدي (2)	المؤدي (1)	محك العمل
		1- أمسك الكرة باليدين أمام الجسم وإلى الجانب من ناحية الذراع المنصوب.
		2- اثن الركبتين ببطء مع تحريك الذراع المصوية في حركة دائرية من الخلف إلى أعلى ثم للأمام
		3- صوب الكرة أثناء سقوط الجسم للأمام وقبل وصولك للأرض.
		4- مد الذراع الأخرى أماماً تمهيداً لنزول الذراع المصوية مع ثني الذراعين قليلاً لتفادي صدمة الهبوط

اسم المؤدي رقم (2)			اسم المؤدي رقم (1)			الأعمال
3	2	1	3	2	1	رقم المحاولات
						1- أداء مهارة التصويب بدون كرة
						2- أداء مهارة التصويب بالكرة من غير رمي الكرة
						3- أداء مهارة التصويب بالكرة.



(أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات: أسلوب الإدخال والتضمين (الاحتواء 4-)

تتشترك الأساليب الأربعة الأولى في مسألة واحدة ، تصميم الواجبات أو المهارات وكل واجب منها يمثل مقياسا واحدا يتم تحديده من المعلم وتكون مهمة أو واجب التلميذ هو أداء ذلك المستوى من الواجب أو المهارة.

إن هذا الأسلوب يأخذ بنظر الاعتبار مستويات الصف كافة فالتلميذ يؤدي الحركة من المستوى الذي يمكن أدائه في ضمن العمل الواحد وبهذا فالقرار الرئيسي يكون من قبل التلميذ حول بدء العمل والمستوى الذي يمكنه البدء منه ، إن أسلوب الإدخال أو التضمين قد اوجد لنا مبدأ جديدا في وضع العمل المطلوب أو تحديده إذ يقوم بوضع مستويات مختلفة من الانجاز .

امسك عارضة أو حبل على ارتفاع منخفض واطلب من كل التلاميذ أن يجتازوا الحبل أو يقفروا فوقه ، فباستطاعة جميع التلاميذ أن يقفروا من فوقه ، الخطوة الثانية ارفع الحبل قليلا، فنجد كل التلاميذ نجحوا في قفزه، وهكذا كلما زاد الارتفاع قل حظ عدد من التلاميذ في القفز من فوق الحبل الى ان تصل إلى مستوى لا يقوى على اجتيازه إلا القلة منهم.

إن هذه الحالة من التنظيم الخاص ، وهي القفز من فوق الحبل الموضوع بشكل أفقي توضح لنا تصميم ووضع حالة عمل واحدة ، فجميع التلاميذ مطالبون باجتياز الحبل وهو على نفس المستوى، ومثل هذه الحالة يحصل دائما إبعاد قسم من التلاميذ لفشلهم في اجتياز الحبل ، ولأن هدف هذه العملية هو إبعاد قسم من التلاميذ فهذا التنظيم سوف يكون ملائما ومناسبا ، ولكن هدف هذا الأسلوب المباشر هو التضمين وليس الإبعاد أي إدخال تضمين جميع التلاميذ في العمل ، وعليه فماذا يجب ان نعمل لتحقيق هذا الهدف ؟

ولأجل إيجاد حل لهذه المشكلة باستعمال نفس الحبل لغرض إدخال أو تضمين أو إشراك جميع التلاميذ ، يوضع الحبل بشكل مائل ويطلب من التلاميذ القفز من فوق الحبل دون إعطائهم أي تعليمات ، فسوف يقوم التلاميذ بالانتشار على طول الحبل وسوف يقفز الجميع كل من المكان الذي يختاره بنفسه.

فالغرض أو القصد إذا ، هو إيجاد وخلق ظروف وحالات تعمل على الإدخال أو التضمين ، وفي الحقيقة فان الحبل المائل يحقق هذا الهدف.

أما ميزات هذا الأسلوب:

*توفير الفرصة لجميع التلاميذ للقيام بأداء الواجب المكلفين به.

*يكون الأداء حسب إمكانية كل تلميذ في الصف.

*الأسلوب تشجيع التلاميذ على تقويم أنفسهم أثناء العمل

*تشجيع التلاميذ على الاعتماد على النفس.

*فسح المجال أمام التلاميذ للقيام بمحاولات أكثر لأداء الواجب .

عيوب هذا الأسلوب:

*لا يفسح المجال أمام المعلم لمراقبة جميع التلاميذ عند أدائهم

*يحتاج إلى أدوات كثيرة وأجهزة أكثر ومساحات واسعة

*يقلل روح المنافسة بين التلاميذ

*يشجع روح التباطؤ في العمل

قنوات النمو في أسلوب الإدخال والتضمين (أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات):

1- **الجانب المهاري:** يتحرك النمو المهاري إلى أقصى مدى لأن الطالب هو صاحب القرار في التقدم نحو النمو المهاري.

2- **الجانب الاجتماعي:** هذا الأسلوب يؤدي الطالب العمل فيه فردي وليس له علاقة مع الآخرين فكل طالب يتخذ قراره بنفسه لذلك يكون النمو الاجتماعي نحو الأدنى.

3- **الجانب الانفعالي:** يكون النمو الانفعالي في أقصى مدى نتيجة أن الطالب يتخذ القرارات بنفسه ويشعر بالثقة ويقل الإحساس بالقلق.

4- **الجانب المعرفي:** يتقدم الجانب المعرفي قليلاً ويكون مقارباً للأسلوب التبادلي.

الرقم	اسم الأسلوب	قنوات النمو		
		الجانب المهاري	الجانب الاجتماعي	الجانب الانفعالي
5	أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات.	5	2	5
				2

5) أسلوب فحص النفس (التعلم الذاتي)

في الأسلوب التبادلي قد تعلم التلميذ ومارس مهارة استعمال البيانات بشكل تغذية راجعة للتلميذ الأخر. إما أسلوب فحص النفس فالتلميذ يستعمل ورقة البيانات ويعطي التغذية الراجعة لنفسه. إن دور المعلم في هذا الأسلوب هو اتخاذ القرارات في مرحلة مقابل التدريس كلها إذ إن المعلم يتخذ القرارات جميعها بشأن اختيار الموضوع. إما التلميذ فيقوم باتخاذ القرارات الممنوحة له كما هو الحال في الأسلوب التدريبي عندما يقوم بانجاز العمل وكذلك التلميذ نفسه يقوم باتخاذ قرارات مرحلة ما بعد التدريس بنفسه أيضا. أن دور المعلم يكون صعبا لان عليه مراقبة التلميذ وتعليمه كيفية استعمال ورقة المهارات وفحص نفسه بدقة وبناء على ذلك فلا تغذية تعطي للتلميذ من قبل المعلم حول الانجاز ولكن هناك تغذية راجعة واحدة وهي كيفية فحص النفس وتقويمها أي تقويم العمل المنجز

- 1- أن التعلم الذاتي كان و ما يزال يلقي اهتماما كبيرا من علماء النفس و التربية، باعتباره أسلوب التعلم الأفضل، لأنه يحقق لكل متعلم تعلمًا يتناسب مع قدراته و سرعته الذاتية في التعلم و يعتمد على دافعيته للتعلم.
- 2- يأخذ المتعلم دورا إيجابيا و نشيطا في التعلم.
- 3- يمكن التعلم الذاتي المتعلم من إتقان المهارات الأساسية اللازمة لمواصلة تعليم نفسه بنفسه و يستمر معه مدى الحياة.
- 4- إعداد الأبناء للمستقبل و تعويدهم لتحمل مسؤولية تعلمهم بأنفسهم.
- 5- تدريب التلاميذ على حل المشكلات، و إيجاد بيئة خصبة للإبداع.
- 6- إن العالم يشهد انفجارا معرفيا متطورا باستمرار لا تستوعبه نظم التعلم وطرائقها مما يحتم وجود استراتيجية تمكن المتعلم من إتقان مهارات التعلم الذاتي ليستمر التعلم معه خارج المدرسة و حتى مدى الحياة.

أهداف التعلم الذاتي:

- 1- اكتساب مهارات و عادات التعلم المستمر لمواصلة تعلمه الذاتي بنفسه.
- 2- يتحمل الفرد مسؤولية تعليم نفسه.
- 3- المساهمة في عملية التجديد الذاتي للمجتمع.
- 4- بناء مجتمع دائم التعلم.
- 5- تحقيق التربية المستقرة مدى الحياة.

أنماط التعلم الذاتي:

أنماط التعلم الذاتي متعددة أبرزها ما يأتي:

1- التعلم الذاتي المبرمج:

يتم بدون مساعدة من المعلم و يقوم المتعلم بنفسه باكتساب قدر من المعارف والمهارات و الاتجاهات و القيم التي يحددها البرنامج الذي بين يديه من خلال وسائط وتقنيات التعلم (مواد تعليمية مطبوعة أو مبرمجة على الحاسوب أو على أشرطة صوتية أو مرئية في موضوع معين أو مادة أو جزء من مادة)، و تتيح هذه البرامج الفرص أمام كل متعلم لأن يسير في دراسته وفقا لسرعته الذاتية مع توافر تغذية راجعة مستمرة و تقديم التعزيز المناسب لزيادة الدافعية، و ظهرت أكثر مكن طريقة لبرمجة المواد الدراسية.

أ- البرمجة الخطية:

و تقوم على تحليل المادة الدراسية إلى أجزاء تسمى كل منها إطارا و تتوالى في خط مستقيم و تقديم الأسئلة بحيث يفكر المتعلم و يكتب إجابته ثم ينتقل إلى الإطار التالي حيث يجد الإجابة الصحيحة ثم يتابع و هكذا.

ب- البرمجة التفرعية:

و هنا الإطارات تتصل بإطارات فرعية تضمن أكثر من فكرة، و يكون السؤال من نمط الاختيار من متعدد، و المتعلم يختار الإجابة فإن كانت صحيحة يأخذ الإطار التالي في التتابع الرئيسي، و إذا كانت الإجابة غير صحيحة يأخذ الإطار الذي يفسر له الخطأ من بين الإطارات الفرعية ثم يوجه لإطار عمل لمحاولات أخرى لاختيار الإجابة الصحيحة و بعد المرور على الإطار العلاجي يعود إلى الإطار الرئيسي و يتابع.

2- التعلم الذاتي بالحاسب الآلي:

بعد الحاسوب مثلا للتعلم الذاتي يراعي الفروق الفردية و السرعة الذاتية للمتعلم و توجد برامج كثيرة متخصصة لإرشاد المتعلم و الإجابة عن أسئلته في ميدان اختصاصه و برامج الألعاب، و معلومات و مهارات عديدة، بمستويات مختلفة يتقن المستوى الأول ينتقل إلى المستوى الثاني.

النقد الموجه لهذه الطريقة:

- 1- ارتفاع تكلفة الأجهزة و البرامج.
- 2- إغفال الجانب الإنساني.
- 3- التفاعل بين المتعلم و الجهاز.

3- التعلم الذاتي بالحقائب و الرزم التعليمية:

الحقيبة التعليمية برنامج محكم التنظيم، يقترح مجموعة من الأنشطة و البدائل التعليمية التي تساعد في تحقيق أهداف محددة، معتمدة على مبادئ التعلم الذاتي الذي يمكن المتعلم من التفاعل مع المادة حسب قدرته بإتباع مسار معين في التعلم، و يحتوي هذا البرنامج على مواد تعليمية منظمة و مترابطة مطبوعة أو مصورة، و تحتوي الحقيبة على عدد من العناصر.

و سوف نتطرق إلى طريقتي التعلم باستعمال الحاسب و الرزم فيما بعد بشيء من التفصيل.

4- برامج الوحدات المصغرة:

تتكون هذه البرامج من وحدات محددة و منظمة بشكل متتابع، يترك فيها للمتعلم حرية التقدم و التعلم وفق سرعته الذاتية، و لتحقيق هذا الهدف تم تقسيم المحتوى إلى وحدات صغيرة لكل وحدة أهدافها السلوكية المحددة، و لتحديد نقطة الانطلاق المناسبة للتعلم يتم اجتياز اختبارات متعددة، و بعد إنجاز تعلم الوحدة يجتاز اختبارا تقويميا لتحديد مدى الاستعداد للانتقال إلى الوحدة التالية، و إذا كان الاختبار غير فعال، فإنه يعيد تعلم الوحدة مرة أخرى إلى أن يتقنها.

5- برامج التربية الموجهة للفرد:

تقسم مناهج كل مادة في هذا البرنامج إلى مستويات أربعة (أ - ب - ج - د) وينتقل المتعلم من مستوى إلى آخر بعد إتقان المستوى السابق لكل مادة على حدا وفق سرعته الذاتية و بالأسلوب الذي يرغب به و يلاءم خصائصه و إمكاناته، و يشترك المعلم و المتعلم في تحديد الأهداف و الأنشطة و التقويم.

طريقة تنفيذ المهارات الرياضية في أسلوب التطبيق الذاتي:

- 1- يينشر الطلاب في الملعب.
- 2- البدء في أداء العمل (المهارة).
- 3- مقارنة الأداء بورقة المعيار.
- 4- الاستفادة من الوقت للتسجيل - مقارنة الأداء التكرار التصويب للخطأ.
- 5- يختلف نجاح الأسلوب بين المتعلمين الأكفاء في أداء الأعمال وبين الطلاب الذين مازلوا في مرحلة الارتباك الحركي.

ورقة عمل- التصويب على السلة بيد واحدة من الثبات

الأسلوب المستخدم (التطبيق الذاتي) رقم البطاقة (..)

الاسم: القسم: التاريخ:

تعليمات للطالب:

- أداء أربع محاولات التصويب على السلة بيد واحدة من الثبات.

- سجل الأداء بوضع علامة (✓) للمحاولة الصحيحة وعلامة (×) للمحاولة الخاطئة:

محك العمل			المحاولات
1- أمسك الكرة باليدين أمام الذقن ثم واجه السلة			
2- قدم إحدى القدمين أماماً المماثلة لليد المصوبة مع بقاء الجسم مستقيم وثني الركبتين قليلاً.			
3- ضع الكرة على أصابع اليد المصوبة والذراع مثنية من المرفق مع ثني الرسغ خلف حتى تستريح الكرة على أصابع اليد			
4- مد الركبتين والذراعين أماماً عالياً مع دفع الكرة باتجاه السلة			

(التطبيق)

- أداء الأعمال كما هو موضح في الورقة.

- سجل الأداء بوضع علامة (✓) للمحاولة الصحيحة وعلامة (×) للمحاولة الخاطئة.

محك العمل			المحاولات
1- التصويب على الحائط من مسافة 3م.			
2- التصويب على برج السلة من مسافة 4م.			
3- التصويب على برج السلة من مسافة 4م.			
4- التصويب على برج السلة من مسافة 5م.			
5- تنطيط الكرة ثم التصويب على برج السلة من مسافة 6م.			

قائمة المراجع للمحاضرة الرابعة:

- 1- ،عبد عبد الحليم محمد،رحاب عادل جبل،2011، المهارات التدريسية والتدريب الميداني، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر،الإسكندرية ، جمهورية مصر.
- 2- محمد حسين محمد عبد المنعم ،2012،طرق تدريس العاب الجماعية بين النظرية والتطبيق، الطبعة الاولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر،الإسكندرية ، جمهورية مصر.
- 3- احمد عطاء الله ،2005،أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر .
- 4- محسن محمد درويش حمص ،عبد اللطيف سعد سالم حبلوص،2013. ، أساليب تدريس التربية الرياضية والذكاءات المتعددة، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر،الإسكندرية ، جمهورية مصر ،
- 5- رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد، خالد بن ناصر الصبر ،1426هـ ، أساليب التعليم في التربية البدنية ، مكتبة الملك فهد الوطنية،الرياض .

المحاضرة الخامسة : أساليب التدريس غير المباشر

6: أسلوب الاكتشاف الموجه:

يعتمد أسلوب الاكتشاف الموجه على نوع من التفاعل الفكري بين المعلم و التلميذ حيث يقوم المعلم بطرح أسئلة متتالية على التلميذ يقابلها استجابة حركية من التلميذ أي: سؤال واحد من المدرس استجابة واحدة من التلميذ، مجموعة أسئلة متعاقبة من المدرس مجموعة استجابات حركية من التلميذ تؤدي إلى اكتشاف الحركة (الهدف الحركي) المراد الوصول إليه. و هذا يستلزم أن يقوم المدرس بإعداد مجموعة الأسئلة قبل بداية الدرس بحيث يكون هناك تسلسل في هذه الأسئلة كي تقود التلميذ إلى الهدف النهائي

مثال:

- 1- يحدد المدرس في ذهنه موضوع التعلم، و ليكن نشاط كرة سلة، ثم يحدد الهدف الحركي و هو تعلم مهارة التميريرة الصدرية، و لا يعرف التلميذ شيئاً عن ذلك.
- 2- يقول المدرس بإعداد مجموعة أسئلة متسلسلة تقود على المهارة المتعلم في صورتها النهائية المطلوبة.
- 3- توزع الأدوات على التلاميذ (لكل تلميذين كرة بديلة) و ينتشرون في الملعب، وتراعى قواعد الانتشار.
- 4- يبدأ المدرس في إلقاء الأسئلة على التلاميذ:
 - (1) هل تستطيع تمرير الكرة إلى زميلك بأي طريقة؟
الإجابة المتوقعة هي أن يقوم التلميذ بالتمرير لزميله بأنماط مختلفة من التميرير قد يكون بذراع واحدة من أسفل الكتف أو أعلاه أو بقذف الكرة معا من أعلى أو من أسفل الكتف.
 - (2) هل يمكنك استبعاد توصيل الكرة بذراع واحدة؟
الإجابة المتوقعة هي تركيز جميع التلاميذ على تمرير الكرة بالذراعين.
 - (3) من يستطيع أن يجعل الكرة تصل إلى زميله في خط مستقيم موازي للأرض؟
الإجابة المتوقعة هي أن يمرر التلاميذ لبعضهم الكرة بدون قوس طيران.
 - (4) هل يمكن جعل مسار الخط المستقيم من صدرك إلى صدر زميلك؟
الإجابة المتوقعة هي أن يقوم كل تلميذ بالتمرير إلى زميله من مستوى الصدر على مستوى صدر زميله، و لكن قد تأخذ الذراعين أشكالاً متعددة ليس بينها حركة اليدين في التميريرة الصدرية، و يمكن أن يستخدم المدرس تغذية راجعة إيجابية مثل: أحسن - فكر أكثر - حاول تنوع.

5) هل يمكن قبل التمرير أن ترسم بالكرة نصف شكل هندسي، أو حاول أن تقرب الكرة من صدرك، ثم تبعدها عنه؟

7- (حل المشكلات) الأسلوب المتشعب:

يعتبر هذا الأسلوب امتداد لأسلوب الاكتشاف السابق الحديث عنه، حيث يعتمد على قدرات التلاميذ على التنوع في استجاباتهم الحركية، فبعد أن كان أسلوب الاكتشاف يتضمن سؤال من المعلم، يستدعي استجابة من التلميذ، نجد أن هذا الأسلوب يتضمن سؤالاً من المعلم يستدعي مجموعة من الاستجابات الحركية.

بذلك يمكن للتلميذ أن ينوع في حركة، أو جملة حركية أو طرق أداء مهارات حركية معينة في نشاط معين.

مضمون الأسلوب:

يتضمن هذا الأسلوب العلاقة بين: 1*

1- مثير معين، وهو قد يكون سؤال من المدرس يستثير التلميذ فكراً، و بذلك تتكون لديه مشكلة تدعوه إلى البحث عن حل.

2- عمليات فكرية تساعد على إنتاج استجابات متشعبة.

3- الاستجابة الحركية، أي أداء حركات ترتبط بالمثير، وهذه الاستجابة تكون متعددة أو متشعبة، و يمكن تناول فرع من الاستجابة و ينتج عنها استجابات أخرى. في هذا الأسلوب تتحول بعض قرارات التنفيذ، والتقويم، إلى التلميذ، أما قرارات التخطيط فهي لا زالت من أعمال المدرس.

1- في قرارات التخطيط:

- يحدد المعلم موضوع الدراسة مثلا رياضة الجمباز.
- يحدد المعلم أي المهارات، مثلا (درجة).
- صياغة المعلم للمشكلة في الفقرات اللفظية.

2- في قرارات التنفيذ:

ينشط التلميذ فكراً في البحث عن حلول للمشكلة أو المشكلات المطروحة من المعلم.

3- في قرارات التقويم:

يمكن للتلميذ أن يدرك أن استجابته الحركية تشكل إجابة صحيحة عن المثير، وبالتالي حل المشكلة، و من ثم يقوم نفسه من خلال معرفة نتيجة أدائه، و هذا يتوقف على طبيعة الأداء، هل هو سهل القياس، أم يصعب على التلميذ الحكم عليه.

في التدريب على تنمية بعض الصفات البدنية:

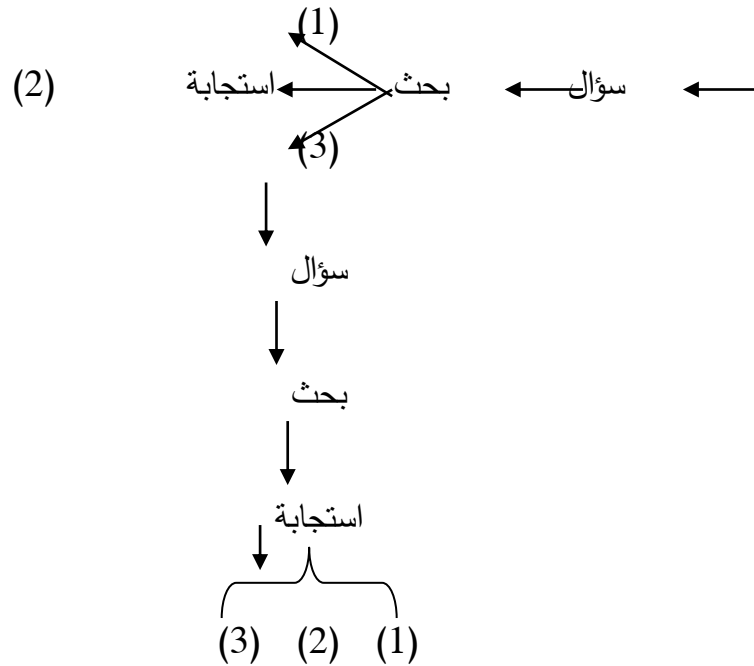
- 1- صمم ثلاث حركات سهلة لتنمية الرشاقة باستخدام حبل.
- 2- صمم ثلاث حركات صعبة لقوة الرجلين باستخدام الزميل.
- 3- صمم ثلاث حركات سهلة لتنمية مرونة الذراعين باستخدام الزميل.
- 4- استخدام ثلاث حركات صعبة لتنمية القوة لأي جزء من أجزاء الجسم باستخدام الحائط.

: تصميم سلسلة متعاقبة من المشكلات:

في هذا الجانب فإن الفقرات اللفظية على اختلافها تكون متكررة الحدوث، كما أن المشكلات تكون متصلة ببعضها البعض.

مثلا تصاغ الفقرات اللفظية التي يستخدمها المعلم بحيث تركز على استجابات التلميذ عن أنواع الدرجات، فتكون الإجابة المتوقعة:

الدرجة الأمامية - الخلفية - الجانبية - ثم تركز الفقرة اللفظية التالية على استنباط بدائل لنوع معين من هذه الأنواع من الدرجات، و لتكن الأمامية. والشكل التالي يمثل هذا المعنى:



و البطاقة التالية يمكن ترشد المعلم عند تصميمه للمشكلة في الجمباز (عن عفاف عبد الكريم).

**مميزات أسلوب حل المشكلات:

1- يتعلم المتعلم من خلاله أسلوب التعلم الذاتي لأنه يعلمه كيف يتعلم ويعتمد على نفسه في جميع المهارات والمعلومات.

2- يقدم أسلوبا جديدا للتدريب والممارسة في التفكير لحل المشكلات الحركية

3- يكون موقف المتعلم في أسلوب حل المشكلات ايجابيا لأنه يشترك في تحديد المشكلة وتوضيحها وافترض الحلول لحلها وهو الذي يسعى من اجل الوصول الى الحل ثم الذي يختبر هذا الحل.

4- يعني للأسلوب بالجانب العملي للمتعلم فهو يسعى إلى مصادر المعلومات للمهارات الحركية وفي استدعائها وتجميعها بنماذج أخرى من التعبير تتمثل فيها المشكلة إذا كانت تستدعي مهارات محببة لدى المتعلم.

5- يساعد الأسلوب على ممارسة التدريب والنقد والابتكار

6- يساعد الأسلوب على الدقة ورفض الحلول والافتناع فلا يسلم بها دون اختبار أثرها في المواقف المختلفة.

7- احد الأساليب التي تساعد المتعلم على الثقة بالنفس وإدراكه للواقع الذي يعيش فيه.

عيوب الأسلوب المتشعب:

1- قد لا يتوفر الخبرات والمهارات لدى المتعلم التي تساعد على حل المشكلة

2- لا يصلح لكل المواقف و كل المهارات فلا يمكن تطبيقه إلا على المهارات التي تسمح طبيعتها بذلك.

3- يحتاج في تنفيذه إلى وقت كبير وجهد كثير لاستخلاص النتائج واستنباط المهارات والمعلومات وقد لا يكفي وقت الحصة لذلك 4- قد تكون المشكلة التي يفرضها الأستاذ على التلاميذ من اختياره فلا يشعرون بأهميتها ولا يقبلون عليها بحماس ورغبة لحلها.

8- أسلوب المنهاج -تصميم التلميذ-

يمثل أسلوب المنهاج الفردي خطوة أخرى أبعدت عتبة الاكتشاف أو حدوده ففي هذا الأسلوب يقوم التلميذ بتصميم السؤال أو المشكلة ، إما دور المعلم في هذا الأسلوب في اتخاذ القرار المتعلق حول موضوع الدرس وكذلك الموضوع العام الذي يكون موضوع الدرس ضمنه ويقوم التلميذ باتخاذ القرارات حول الأسئلة وكذلك الحلول المتعددة ضمن هذا الموضوع بعد ذلك يقوم التلميذ بتنظيم تلك الحلول حسب إضافتها ومواضيعها وأهدافها وهذه جميعا تشكل المنهاج الفردي الذي يكون التلميذ قد قام باكتشافه وتصميمه أن هذا المنهاج يعمل على توجيه التلميذ في إنشاء أدائه وفي ضمن تطور موضوع معين ، أن هدف هذا الأسلوب هو إعطاء التلميذ الفرصة التي تساعده وتمكنه من تطوير المنهاج الذاتي

أسلوب المبادرة9-

منذ بداية الأسلوب الامري نكون قد قطعنا شوطا كبيرا إذ تعرفنا على مختلف الأساليب ورأينا موقع كل

منها في ضمن مجموعة الأساليب ،كما تفحصنا أهميتها في تطور التلميذ وبذلك نكون قد توصلنا إلى النقطة التي من خلالها يكون التلميذ على استعداد في اتخاذ جميع القرارات خلال فعاليات التدريس والتعلم.

على الرغم من تشابه هذا الأسلوب مع الأسلوب المتشعب من ناحيتي التركيب والتخطيط فإنه يمثل تغييرا جذريا فنجد أن التلميذ وبشكل فردي يتحمل مسؤولية البدء في الأسلوب وذلك من خلال إدراكه ومعرفة لطبيعة استعداده للتقدم في الأسلوب والتحقق أو التأكد والاكتشاف.

أسلوب التدريس الذاتي 10-

إن هذا الأسلوب يمكن إن يستخدم أو يطبق في الصف أو غرفة الدرس ولكن يمكن إن يحدث في الحالات التي يقوم فيها الفرد بتدريس نفسه وفي مثل هذه الحالات يقوم الفرد نفسه باتخاذ جميع القرارات التي كان يتخذها المعلم سابقا وكذلك التلميذ إن هذا الفرد يأخذ ادوار كل من المعلم والتلميذ ، إن هذا الأسلوب يمكن إن يحدث في إي وقت وفي إي مكان أو محيط اجتماعي أو نظام سياسي وهو دليل على القدرة البشرية على التعلم والتدريس.

قائمة المراجع للمحاضرة الخامسة:

- 1- ،عبد عبد الحلیم محمد،رحاب عادل جبل،2011، المهارات التدريسية والتدريب الميداني،الطبعة الأولى،دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر،الإسكندرية ، جمهورية مصر.
- 2- محمد حسين محمد عبد المنعم،2012، طرق تدريس العاب الجماعية بين النظرية والتطبيق،الطبعة الاولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر،الإسكندرية ، جمهورية مصر.
- 3- احمد عطاء الله ،2005،أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر.
- 4- محسن محمد درويش حمص ،عبد اللطيف سعد سالم حبلوص،2013 ، أساليب تدريس التربية الرياضية والذكاءات المتعددة، الطبعة الأولى ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر،الإسكندرية ، جمهورية مصر.
- 5- رشيد بن عبد العزيز أبو رشيد، خالد بن ناصر الصبر، 1426هـ ، أساليب التعليم في التربية البدنية ، مكتبة الملك فهد الوطنية،الرياض.

المحاضرة السادسة : طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية

التدريس (تذكير):

هو مجموعة من المهارات والخطط والفنون التي يمكن ممارستها (صالح السامرائي، عبد الكريم السامرائي، 1991)

ويعرفه (محمد زياد حمدان) بأنه عملية اجتماعية انتقائية، تتفاعل فيها كافة الأطراف التي تهمهم العملية التربوية من إداريين وعاملين ومعلمين وتلاميذ، لغرض نمو المتعلمين ، والاستجابة لرغباتهم وخصائصهم، واختيار المعارف والأنشطة والإجراءات التي تتناسب معهم ، وتتسجم في نفس الوقت مع روح العصر ومتطلبات الحياة الاجتماعية

وفي التربية البدنية والرياضية كميدان تدريس، يمكن تعريف هذا الأخير على انه ، مجموعة من علاقات مستمرة ، تنشأ بين المدرسة والمتعلم، هذه العلاقات التي تساعد المتعلم على النمو ، وعلى اكتساب المهارات والأنشطة البدنية (عفاف عبد الكريم ، 1989) .

خصائص التدريس :

- 1- التدريس عملية شاملة تتولى تنظيم كافة مدخلات العملية التربوية من معلم وتلاميذ ومنهج وبيئة مدرسية لتحقيق الأهداف التعليمية.
- 2- التدريس مهمة إنسانية مثالية .
- 3- التدريس عملية إيجابية هادفة تتولى بناء المجتمع .
- 4- التلميذ يمثل محور العملية التعليمية في التدريس .
- 5- يتميز التدريس بتنوع الأنشطة والأساليب والخبرات التي يكتسبها التلميذ.
- 6- يهدف التدريس إلى تنمية القوى العقلية والجسمية والنفسية للتلاميذ .
- 7- يتصف بالمرونة للمواقف التعليمية المختلفة .

8- يعتبر عملية إيجابية تهدف إلى إشباع رغبات التلاميذ وتحقيق آمالهم في المستقبل.

أولاً: تعريف طريقة التدريس :

تعني الطريقة السلوك أو المذهب الذي تسلكه للوصول إلى الهدف أو مجموعة من الوسائل المستخدمة لتحقيق غايات تربوية محددة .

ويمكن تعريف الطريقة بأنها الوسائل العملية التي يمكن بواسطتها تنفيذ أهداف التعليم وغاياته والأساليب التي يتبعها المعلم لتوصيل المعلومات إلى التلاميذ .

وتتضمن الطريقة الإجراءات التي يستخدمها المعلم لمساعدة التلاميذ على تحقيق الأهداف والنتائج المطلوبة من الدرس وتشتمل الإجراءات التي يتخذها المعلم على المناقشات أو توجيه الأسئلة أو إثارة المشكلات ما يدعو التلاميذ إلى محاولة الاكتشاف أو فض الفروض وبالتالي فإن فاعلية ما يقوم به المعلم بتوقف على الطريقة التي يستخدمها في درسه والطريقة الناجحة هي التي تحقق الأهداف المنشودة في أقل وقت وجهد وبأقل التكاليف وعموماً لا توجد طريقة واحدة نموذجية يمكن اعتمادها في كل درس لتحقيق الأهداف المرجوة من الدرس فهناك طريقة ناجحة وفعالة في موقف تعليمي معين ولكنها غير ناجحة وغير فعالة في موقف تعليمي آخر .

ثانياً طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية :

لا يقتصر الدرس الواحد علي طريقة واحدة، بل قد يحتاج الدرس الواحد إلى استخدام عدة طرق، ولا يتعارض استخدام طريقتين أو أكثر فيدرس واحد ،فقد يبدأ الدرس بطريقة وينتهي بطريقة أخرى وذلك متروك لفضنة الأستاذ وحكمته ومعرفته بفن التدريس.

و يمكن ان نحدد في ميدان التدريس العديد من الانواع والتصنيفات قد تتجاوز العشرون نوعا ،لكن في التربية البدنية والرياضية نسلج الطرق التدريسية التالية:

1- طريقة المحاضرة والعرض، وتسمى أيضا في بعض المراجع طرق استخدام الكلمة

- 2- المناقشة والحوار

- 3- الطريقة الكلية (طرق استخدام التمرينات التطبيقية)

- 4- الطريقة الجزئية (طرق استخدام التمرينات التطبيقية)

- 5- الطريقة الكلية الجزئية (طرق استخدام التمرينات التطبيقية)

- 6- التعليم المبرمج

- وهناك أيضا من خبراء التدريس في التربية البدنية والرياضية من يضيف طرق أخرى وهي:

- *طريقة استخدام الوسائل السمعية البصرية

- *طريقة المحاولة والخطأ

- *طريقة حل المشكلات

1- طريقة المحاضرة والعرض:

وغالبا ما يطلق علي هذه الطرق بالطرق الإلقائية أو الطرق التقليدية، وهي من أكثر الطرق شيوعا في مدارسنا، وتتناسب مع المقررات الدراسية المزدهمة بالمعلومات والمعارف ومع الأعداد الكبيرة من المتعلمين في الفصول.

وتقوم طريقة المحاضرة علي مبدأ الإلقاء المباشر والشرح والعرض النظري للماد العلمية من جانب الأستاذ، فهو «أي الأستاذ "يقوم بنقل أو تلقين المعلومات والمعارف العلمية بأشكالها المختلفة، ويشرح المفاهيم والمبادئ والقوانين العلمية، مستعينا من حين لآخر بالسبورة، لشرح ما يعتقد أنه غامض علي المتعلمين، بينما يسمع المتعلم بهدوء أو يسجل الملاحظات وبعض ما يقول هو يشرحها لأستاذ .

- وليس بالضرورة أن يكون المحاضر هو الأستاذ نفسه، بل قد يكون ضيفا متخصصا في موضوع معين، يدعوه الأستاذ ليلقي محاضرتة في هذا الموضوع، وأحيانا تكون مسجلة صوتي ويتسمعا المتعلمين عن طريق الراديو أو جهاز تسجيل، أو تكون مسجلة بالصوت والصورة معا فيشاهدها ويستمع إليها المتعلمين، من خلال التلفزيون أو السينما.

- وفي التربية البدنية والرياضية فهي شكل أساسي ينقل لنا المعرفة في عمليات التربية البدنية وتتضمن :
-الشرح ، السرد ، المقابلة

*الشرح:هو العرض المنطقي للقواعد والقوانين التي يجب الالتزام بها أثناء تأدية التمارين ،حيث يجب ان يكون موجزا وواضحا ومفهوما ، وان تلفت انتباه التلاميذ مع توجيه الأسئلة لهم للتأكد من تفهم المادة المدرسة.

*السرد :وهو التابع المنطقي لعرض الحقائق وإظهارها ، والسرد يجب أن يكون جذابا ومؤثرا ، وفي التطبيق يستخدم السرد بشكل واسع وذلك عند تعريف التلاميذ باللعب الجديد مدعما بالحقائق الخاصة من الحياة الرياضية وبأحداث وقعت في المباريات.

*المقابلة : وهي شكل تعليمي على هيئة سؤال وجواب وعادة ما تدمج هذه الطريقة بطريقة التفسير والعرض ، وفي المهام التعليمية يمكن تمييز ثلاث انواع من المقابلة

-مقابلة تمهيدية : تهدف الى تحضير التلاميذ لفهم الواجبات التعليمية وتذكيرهم بالمادة التي سبق وان اكتسبوها والتي تربط بالمادة الجديدة

-مقابلة التعرف على المادة الجديدة: تستخدم في حالات مثل مناقشة بعض المواد التي درسوها والتي لهم معرفة ودراية بها ويراد زيادة المادة التعليمية لهم بالجديد من المعلومات مثل : طريقة جديدة في التعلم أو التعرف على بعض القواعد الميكانيكية الجديدة.

*مقابلة للتأكد من مستوى فهم المادة والمستوى الذي وصل إليه التلاميذ:

الغرض منه شرح بعض المسائل التي تشكل صعوبة بالنسبة للتلاميذ وشرح الأخطاء التي وقعوا فيها ويعتبر أسلوب المقابلة ناجحا في حال إجراء بعض اختبارات اللياقة البدنية ، وتوضيح مثلا غرض هذه الاختبارات والمستويات المطلوبة لها

***مزايا طريقة المحاضرة:**

1-طريقة تدريس اقتصادية .

2- تسمح بعرض المادة العلمية عرضا متصلا منظما

3-طريقة مناسبة لتقديم موضوعا تعليمية جديدة.

4- يمكن اعتبارها طريقة مشوقة أو فاعلة نسبيا.

5-نقل خبرات الأستاذ الشخصية.

6- توجيه وإرشاد المتعلمين إلي مصادر المعرفة.

7-عرض نتائج البحوث في المؤتمرات والندوات المتخصصة.

8-تستخدم في عرض المادة العلمية التي لها طابع القصة أو الخيالية أو التاريخية.

***عيوب طريقة المحاضرة:**

1-يكون المتعلم سلبي في هذه الطريقة بوجه عام.

2-تهم لحاجات المتعلمين واهتماماتهم.

3-لا توفر لجانب العلمي التطبيقي للقيام بأي أنشطة تعليمية .

4-مجهدة للأستاذ

5-تثير الملل والنعاس أحيانا عند المتعلمين.

6-لا تأخذ في الاعتبار حقيقة الفروقات الفردية بين المتعلمين.

7-لا تساعد المحاضرة علي تذكر المادة العلمية والاحتفاظ بها.

8-إذا كانت المحاضرة هي الطريقة السائدة عند الأستاذ ، فإنه يتوقع عندئذ إن تركز أساليب التقويم علي

قياس كمية المعلومات التي يحفظها المتعلم.

2-طريقة المناقشة "الحوار"

تعتبر من الطرائق التدريسية التقليدية والتي تعتمد على الإلقاء والمناقشة وأن الأستاذ يقوم بشرح المادة في

الحصة الدراسية وخلال عملية الشرح والتقديم يقوم بإثارة مجموعة من الأسئلة والتي تفسح المجال

للمناقشة ما بين المعلم والمتعلمين من أجل التوصل إلى الحقائق ويقوم المعلم بالإجابة على الأسئلة المثارة من قبل المتعلمين.

* مميزات طريقة المناقشة:

- 1- تدفع المتعلمين إلى المشاركة والاستمتاع بها وتشجيعه مع لذلك.
- 2- يستطيع الأستاذ التعرف على مستوى متعلميه بشكل جيد.
- 3- تنمي القدرات الفكرية والمعرفية للمتعلمين وتدريبهم على التحليل والاستنتاج.
- 4- يكون الأستاذ فيها مركز النشاط والفعالية.
- 5- تنتمي لدى المتعلمين حب التعاون والعمل الجماعي.
- 6- تنتمي لدى المتعلمين على الأسلوب القيادي وتحمل المسؤولية.
- 7- تزرع الشجاعة في نفوس المتعلمين وتخلصهم من الخجل وتنمي روح المشاركة.
- 8- تنمي القدرة على الحوار والمناقشة والجرأة.
- 9- تنمي فيهم عادة احترام آراء الآخرين وتقدير مشاعرهم ،حتى وإن اختلفت آراؤهم عن آراء زملائهم.
- 10- من خلال المناقشة يستطيع المتعلم أن يجمع أكبر قدر من المعلومات عن الظاهرة الواحدة.

* عيوب طريقة المناقشة:

- 1- قديم التركيز على طريقة المناقشة وليس على الأهداف المحددة.
- 2- قد تقود المناقشة إلى مواضيع بعيدة عن الهدف.
- 3- قد لا يستطيع المتعلمين الذين لديهم الخجل من الاشتراك في المناقشة.
- 4- قد يسيطر على المناقشة عدد محدد من المتعلمين.
- 5- قد لا يستمع المتعلمين لما يطرحه زملائهم وذلك لانشغالهم بتحضير أسئلة.
- 6- قد يستخدم المتعلمين كلمات ومصطلحات غير واضحة وغير محددة.
- 7- أن تكرر بعض المتعلمين لما سبق وذكر من قبل الأخير سوف يولد الملل وعدم متابعة المناقشة.
- 8- قد تطرح أسئلة غير واضحة وغير محددة بالشكل الذي يولد الارتباك والنفور من المناقشة.
- 9- في حالة عدم تمكن الأستاذ من السيطرة على الصف وسير المناقشة فإن ذلك سوف يقود إلى ظهور بعض المشاكل في الصف كعدم انضباط المتعلمين وعدم إمكانية السيطرة عليهم.
- 10- إذا لم يحدد الأستاذ أهداف درسه جيدا منذ البداية ،فقد يضيع منه الطريق ويتشعب.
- 11- أن عنصر الوقت قد يسرق الجميع ،مالم يكن الأستاذ منتبها له وواعيا لمروبه.
- 12- إذا لم يطلب الأستاذ من المتعلمين أن يقرؤوا الدرس مسبقا ستكون المناقشات بلا أساس.

13- إذا لم يضبط الأستاذ إدارة الحوار والنقاش بين المتعلمين فإن الدرس سوف يتحول إلى مكان للفوضى ،يتحدث فيها لجميع ،بينما لا يستمع منهم أحد.

14- إذ الم يهتم الأستاذ بتسجيل وتلخيص الأفكار المهمة في أثناء المناقشة فإنها سوف تضيع الفائدة منه.

15- إن عدم انتباه الأستاذ إلى المتعلمين الذين لديهم الرغبة في الظهور على حساب الآخرين سوف يجعلهم يسيطرون على المناقشة وينفردون فيها.

3- طريقة التعليم المبرمج

وهو طريقة من طرق التعليم الفردي تمكن الفرد من أن يعلم نفسه بنفسه بواسطة برنامج أعد بأسلوب خاص تحل فيه المادة المبرمجة محل المعلم

* مزايا البرمجة:

- أن المتعلم يعتمد على نفسه اعتمادا كليا في عملية التعلم.
- إن كل دارس يتقدم في الدراسة وفقا لمستواه وقدراته.
- لا ينتقل الدارس من مستوى إلى المستوى التالي إلا بعد أن يتقن المستوى الأول.
- يكون الدارس دائما في نشاط مستمر.
- تصاغ الفقرات بطريقة تسمح للدارس بالتركيز على النقاط الجوهرية مما يسهل عملية تعلم المادة.
- يتضح أن التعليم المبرمج يمثل طريقة من طرق التعلم الذاتي إذ يقوم المتعلم بالعبء الكامل في عملية تعلم المادة التي تقدم له، إلا أنه ناكأمر لا يمكن إغفاله وهو أن الخبراء يقومون بجهد كبير في برمجة المادة ثم يقوم المتعلم بدراستها ومع ذلك نلاحظ أن جهد المتعلمين حصر فقط في عملية دراسة المادة وتعلمها بينما هناك طرق أخرى يقوم فيها المتعلم بالبحث عن المادة وما تتضمنه من معلومات ومفاهيم
- مثال على هذا النوع - الدروس على الخط " **cours en ligne** » التي أصبحت تتبعها مختلف الجامعات العلمية .

4- الطريقة الكلية (طرق التمرينات التطبيقية)

وهي من طرق التمرينات التطبيقية والتي هي في الأساس عبارة عن طريقة تطبيقية محتواها يتضمن عدد من التكرارات لنشاط محدد بغرض اكتساب مهارات حركية معينة ، أو لتنمية صفة بدنية كالقوة أو السرعة.... الخ

من خلال هذه الطريقة يتم تعليم التلاميذ المهارة الحركية كل دون تقسيم الحركة إلى أجزاء .

***مميزات الطريقة الكلية :**

- تعتبر أكثر فائدة في المراحل الأولى للتعلم .
- تستخدم في تدريس المهارة الحركية التي لا يمكن تجزئتها والتي تمثل وحدة متكاملة .
- تسهم في خلق أسس تذكر المهارات الحركية .
- تعتبر أفضل في التدريس كلما زادت وسن المتعلم .
- تعتبر طريقة شيقة بالنسبة للتلاميذ .
- تناسب كثرة عدد التلاميذ في الفصل .
- تناس الحركات المهارية البسيطة وغير البسيطة .

***عيوب الطريقة الكلية :**

- لا تقابل الفروق الفردية بين الطلاب .
- هناك بعض المهارات الحركية التي يصعب تعلمها كل .

5: الطريقة الجزئية : (طرق التمرينات التطبيقية)

هذه الطريقة تعتبر من الطرق الهامة في تعليم المهارات الحركية وفيها تقسم الحركة إلى أجزاء ويقوم المدرس بتعليم كل جزء قائم بذاته وعندما يتأكد المدرس من إتقان هذا الجزء ينتقل إلى جزء آخر في الحركة وهكذا حتى ينتهي من كل الأجزاء ويقوم بعد ذلك بجميع تلك الأجزاء بعضها البعض .

***مميزات الطريقة الجزئية :**

- يفضل استخدامها عند تعليم المهارات الحركية المركبة .
- تساعد على إتقان أجزاء الحركة .
- تساعد على فهم كل جزء من الحركة .

- تستخدم إذا كان عدد التلاميذ بالفصل قليلاً .
- تراعي الفوارق الفردية بين التلاميذ .

6 : الطريقة الكلية الجزئية : (طرق التمرينات التطبيقية)

وفيها تؤدي المهارة الحركية ككل ثم تختار الأجزاء الصعبة من المهارة الحركية ويتم التدريب عليها وتكرارها وبعد إتقانها يقوم المتعلم بأداء الحركة ككل مرة أخرى والتدريب عليها باستمرار ويطلق على هذه الطريقة الكلية - الجزئية ، وباستخدام هذه الطريقة في تعليم المهارات الحركية يمكن الاستفادة من مميزات كل من الطريقة الكلية والطريقة الجزئية وكذلك يمكن تلافي العيوب في كل منها .

وهناك أيضا من خبراء التدريس في التربية البدنية والرياضية من يضيف طرق أخرى وهي:

*طريقة استخدام الوسائل السمعية البصرية :

هذه الطريقة تقدم الحركة بشكلها الطبيعي أو في شكل رسومات معينة والتي تدرك حسيًا بصورة غير مباشرة عن طريق الملاحظة ، ويصاحب العرض الحي أو الصورة الشرح اللفظي ، حيث تلعب الكلمة دورًا مساعدًا ، فقد أظهرت البحوث التجريبية أن استخدام حاسة البصر في التعلم هو أنجح طرق التعليم إذا أخذت كل حاسة من الحواس المختلفة على حدة.

*طريقة المحاولة والخطأ:

تلك الطريقة من الطرق الهامة التي تستخدم في مجال تعليم المهارات الحركية في التربية الرياضية وتتخلص هذه الطريقة في أن المتعلم يقوم بأداء الحركة ويمر بمراحل الفشل والنجاح أثناء أداء تلك الحركة ومن خلال المحاولات يحاول المتعلم عزل الحركات والنجاح أثناء أداء تلك الحركة ومن خلال المحاولات يحاول المتعلم عزل الحركات الخاطئة أو الزائدة والبقاء على الحركات الصحيحة التي يقوم بتكرارها حتى يصل إلى أداء الحركة بصورة جيدة .

* طريقة حل المشكلات :

تتطلب هذه الطريقة في التدريس من الأستاذ أن يقوم بتنظيم المعلومات والخبرات التي ينبغي أن يزود بها تلاميذه حول مشكلات تتصل بحياتهم وحاجاتهم ويطلب منهم العمل على بحث تلك المشكلات وحلها ويعتمد التلميذ تمام الاعتماد على نفسه وعلى جهوده للتغلب على المشكلات التي

يعرضها المدرس وفي نفس الوقت يشعر بمدى المشكلة التي تواجهه ويحس بضرورة التغلب عليها لأنها تمسه من قريب وبذلك يكون في موقف ايجابي من هذه المشكلة .

ولذا ينبغي على الأستاذ أن يعمل على إتاحة الفرص لتلاميذه لتحديد المشكلة ورسم الخطط والتفكير في حلها .

ثالثاً : أهداف طرق التدريس الحديثة أو المعاصرة:

- اكتساب المتعلمين الخبرات التربوية المخطط لها.
- 2- تنمية قدرة المتعلمين علي التفكير العلمي عن طريق أسلوب حل مشكلات.
- 3- تنمية قدرة المتعلم علي العمل الجماعي التعاوني أو العمل في مجموعات صغيرة.
- 4- تنمية قدرة المتعلمين علي الابتكار أو الإبداع.
- 5- مواجهة الفروق الفردية بين المتعلمين.
- 6- مواجهة المشكلات الناجمة عن الزيادة الكبرى في أعداد المتعلمين.
- 7- اكتساب المتعلمين القيم والعادات والاتجاهات المرغوبة لصالح الفرد والمجتمع.

رابعاً: عوامل اختيار طريقة التدريس:

ويتوقف اختيار طريقة التدريس على عدة عوامل نذكر منها :

- 1- **الأهداف المنشودة :** اختيار طريقة التدريس ترتبط بأهداف التعلم فكل طريقة تسهم في تحقيق هدف معين فالطريقة المناسبة لتحقيق الأهداف في اكتساب المعارف لا تكون مجدية في تنمية مهارات عملية أو في إكسابهم ميولاً واتجاهات فمن أجل تطوير مهارة التفكير مثل طريقة حل المشكلات .
- 2- **مستوى المتعلمين :** يجب أن تراعي عند اختيار الطريقة الفروق الفردية بين المتعلمين من حيث التعلم وأساليب التفكير كما تراعي أعمارهم وجنسهم وخلفياتهم الاجتماعية .
- 3 - **ملائمة الطريقة للمعلم :** الخصائص الشخصية ، الإعداد المهني ، الخبرة ، الذكاء كلها مميزات قد ينفرد معلم ببعض منها وقد لا تتوفر في غيره من المعلمين فبعض المعلمين لديهم القدرة على عرض المهارة بأسلوب شيق وهناك من المعلمين الذين تتوفر لديهم خلفية كافية عن المحتوى وتتعدم عند آخرين وهكذا تتنوع قدرات المعلمين وسماتهم الشخصية والمعلم الكفاء هو الذي يكون مدركاً لقدراته فيختار الطريقة والوسيلة الملائمة لهذه القدرات حتى لا يتعرض للفشل .

4- **المحتوى العلمي للدرس** : يؤثر المحتوى في اختيار طريقة التدريس فلكل درس محتوى وخصائص يراد أساليب خاصة لتدريسه ولما كانت المادة متنوعة لذا فإنه من الضروري تنويع الطرق لتناسب مع طبيعة المادة ومحتواها .

5- **دوافع التلاميذ و مدى مشاركتهم** : يعني ذلك استخدام المعلم لطرق ووسائل يتضمن استخدامها مشاركة التلميذ للمعلم في التنفيذ كما تتضمن اشتراك أكبر عدد من التلاميذ وتحملهم مسؤوليات عديدة وهذا يستهدف اكتساب التلاميذ اتجاهات ومهارات متعددة بالإضافة إلى الحقائق والمعارف والمفاهيم التي يتضمنها المحتوى الدراسي .

ولا بد أن تعمل طريقة التدريس على تطوير رغبات التعلم لدى التلاميذ، فيجب أن تستثير الطريقة دوافع التلاميذ للعمل مع المعلم وتولد لديه الاهتمام لبذل الجهد لتحقيق الأهداف المرجوة .

6 : **ملائمة طريقة التدريس للزمن** : في مدارسنا نجد أن المنهاج ينقسم إلى وحدات دراسية موزعة على أسابيع وكل نشاط مخصص له عدد من الدروس في مدة زمنية محددة بغض النظر عن حجم أو صعوبة المهارة ما ينتج عنه تفاوت في استقبال واستيعاب المهارة من قبل التلاميذ حيث التفاوت في القدرات والاستعدادات لذا يجب على المعلم أن يختار الطريقة المناسبة للزمن المتاح والتي تؤدي في النهاية إلى تدريس فعال .

7- **الإمكانات المادية المتاحة** : ينبغي على المعلم التعرف على مختلف الإمكانيات المتاحة والتي يمكن توفيرها (الملاعب - الأدوات الصغيرة - الأجهزة - الوسائل التعليمية - المراجع) وإدراكه لأهمية هذه الإمكانيات فهي تيسر له اختيار الطريقة المناسبة .

8- **التقويم** : أن تحفز الطريقة المستخدمة التلاميذ على التقويم الذاتي ودراسة النتائج التي يصلون إليها والاستفادة منها مستقبلاً .

خامساً: القواعد الأساسية التي تبنى عليها طرق التدريس :

التربية عملية يجب أن تهتم بالتلميذ من جميع النواحي الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية والعاطفية لذا لا بد من الاهتمام بطريقة التدريس وقواعدها لتسهيل مهمة المعلم في توصيل المعلومات وتحقيق الأهداف بأقل جهد وبسرعة كما تحقق أهداف التلميذ في التعلم والنمو السليم .

1- **التدرج من المعلوم إلى المجهول** : لا يستطيع أن يدرك التلميذ المعلومات الجديدة إلا إذا ارتبطت بالمعلومات القديمة السابقة ينشأ عنها حقائق متناسقة لذا يجب على المعلم الاستفادة من المعلومات السابقة لدى التلاميذ من أجل تشويقهم وإثارة اهتمامهم عند تعليمهم كمهارة جديدة .

مثال : التصويب في كرة السلة أو كرة اليد يجب أن يبدأ أولاً بتعليمهم مهارة الرمي

2- **التدرج من البسيط إلى المركب** : وتبنى هذه القاعدة على أن العقل يدرك الأشياء ككل أولاً ثم يتبين الأجزاء والتفاصيل بعد ذلك فيبدأ المعلم في تعليم التلميذ الوثب العالي من الثبات قبل تعلم خطوات الاقتراب .

3- **التدرج من المحسوس إلى المعقول** : التلميذ يدرك أولاً التجارب الحسية قبل الانتقال إلى التجارب المعنوية المجردة فالمعلم يجب تعليم التلميذ أداء الدرجة الأمامية قبل شرح القاعدة الميكانيكية التي يبنى عليها الأداء كما يجب على المعلم الاستعانة بالوسائل التعليمية لاستخدام أكبر عدد ممكن من الحواس حتى يدركوا المعنى إدراكاً صحيحاً .

4- **الانتقال من العملي إلى النظري** : على المعلم أن يتخذ هذه القاعدة ليرشد التلاميذ إلى البحث في الحقائق للوصول على معنى ما يحيط بهم فيجب على المعلم تدريس الألعاب الجماعية مثل كرة السلة أو الطائرة عملياً قبل الخوض في القوانين التي تحكم اللعبة نظرياً .

سادساً: مكونات الموقف التدريسي :

- **المعلم (الاستاذ)**

وضح (ديفيز Davies) دور المعلم كمدير للعملية التدريسية إذ حدد الوظائف التي يمارسها أثناء تنفيذ العملية التدريسية كالتخطيط - التنظيم - الضبط - القيادة ومعلم التربية الرياضية يستطيع استثارة جميع القوى الكامنة في التلاميذ من جميع النواحي جسمياً وعقلياً وانفعالياً وأخلاقياً واستمالتها للعمل لصالح الفرد وخير الجماعة .

* **التلميذ** : يعتبر التلميذ محو أساسي في الموقف التدريسي لذا يجب على المعلم استثارة دوافعه من خلال المواقف التدريسية الجيدة .

*** الأهداف :**

تعد الأهداف من القاعدة التي تبنى عليها عملية التدريس والتي تسعى جميع عمليات التدريس إلى تحقيقها وتحديد الأهداف بدقة تؤدي إلى توجيه التفاعل بين المعلم والتلاميذ ومساعدة المعلم على التعرف على ما تم تحقيقه من مواقف تعليمية .

*** المادة الدراسية :**

هي الموضوع الذي يقدمه المعلم للتلاميذ ويجب عليه تحضيرها وتنظيمها وتحديد خطوات تنفيذها بأسلوب جيد حتى تؤدي إلى تحقيق الأهداف المحددة .

*** مكان التدريس والتعلم :**

البيئة الجيدة تعتبر عنصر ضروري مهم لنجاح التدريس ونجاح وجودة برامج التربية الرياضية تتحدد بالمساحات والأماكن المتاحة بالمدارس .

*** الوسائط والتقنيات التدريسية :**

يعتبر استخدامها بما تمتلكه من إمكانيات متنوعة ومتغيرة من أسباب فاعلية الموقف التدريسي بالإضافة إلى جذب وتشويق التلاميذ واستخدام الوسائط والتقنيات التدريسية في العملية التعليمية تؤدي إلى زيادة للاهتمام ب دور التلميذ في عملية التعلم وليس مجرد متلق وبذلك تتيح المجال للدارسين في تحدي قدراتهم على الإبداع والتميز .

*** أدوات وأساليب التقويم :**

تعتبر عملية التقويم من مقومات العملية التعليمية وهناك علاقة متبادلة بين المنهج وطريقة أسلوب التدريس والتقويم الذي يمكن بواسطته التحقق من مدى نجاح طريقة التدريس في تحقيق الأهداف التربوية التي تسعى إليها .

المراجع للمحاضرة السادسة:

- 1- زيد الهويدي 2002 م، مهارات لتدريس الفعال، دارا لكتاب الجامعي، العين.
- 2- حسن حسين زيتون، مهارات التدريس " رؤية في تنفيذ ا لتدريس "، عالم الكتب، القاهرة، ب ت
- 3- غادة جلال عبد الحكيم، 2008. طرق تدريس التربية الرياضية، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي
- 4- كوثر كوجاك، 1997 ، اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس ، الطبعة الثالثة ، عالم الكتب ، القاهرة .
- 5- زينب علي عمر ، طرق تدريس التربية الرياضية والأسس النظرية والتطبيقات العلمية ، الطبعة الأولى ، دار لبنان ، بدون تاريخ
- 6- الديري علي ، والحايك صادق، 2011 ، استراتيجيات تدريس التربية الرياضية المبنية على المهارات الحياتية في عصر الاقتصاد المعرفي وتطبيقاتها العملية، طباعة مركز الهلال، اربد- شارع الجامعة، الاردن.
- 7- عباس احمد صالح ؛ عبد الكريم حمود السامرائي، 1991 ، كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، مطبعة دار الحكمة .
- 8- محمود عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطي، 1992 ، نظريات وطرق التربية البدنية ، الطبعة الثانية، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر .

المحاضرة السابعة : استراتيجيات التدريس في التربية البدنية

والرياضية

أصل و مفهوم الاستراتيجية:

كلمة استراتيجية : كلمة مشتقة من الكلمة اليونانية إستراتيجيوس وتعني : فن القيادة ولذا كانت الاستراتيجية لفترة طويلة أقرب ما تكون إلي المهارة " المغلقة " التي يمارسها كبار القادة ، واقتصر استعمالها علي الميادين العسكرية ، وارتبط مفهومها بتطور الحروب ، كما تباين تعريفها من قائد لآخر ، وبهذا الخصوص فإنه لأبد من التأكيد علي ديناميكية الإستراتيجية ، حيث أنه لا يقيدتها تعريف واحد جامع ، فالإستراتيجية هي فن استخدام الوسائل المتاحة لتحقيق الأغراض أو لكونها نظام المعلومات العلمية عن القواعد المثالية للحرب و يمكن القول أن مفهوم إستراتيجية التدريس يعنى استخدام الوسائل لتحقيق الأهداف، **فالإستراتيجية عبارة عن إطار موجه لأساليب العمل و دليل مرشد لحركته**، و يمكن الإشارة إلى مفهوم إستراتيجية التدريس على أنها " مجموعة القواعد العامة أو الخطوط العريضة التي تعنى بوسائل تحقيق هدف ما أو هي ترجمة فعلية لمسارات عملية و خطوط عمل واقعية على المستوى الفكري -الإستراتيجية خطة محكمة البناء ومرنة التطبيق يتم من خلالها استخدام كافة الإمكانيات والوسائل المتاحة بطريقة مثلي لتحقيق الأهداف المرجوة (

2 ماهية استراتيجيات التدريس:

استراتيجيات التدريس هي عبارة عن وسائل للتفكير و التحليل يستخدمها المعلمين والأساتذة للتسهيل على المتعلم لاستيعاب و إتمام مهامه التعليمية، كما يمكن القول هي عملية تفاعل متبادل بين الأستاذ و المتعلم و المادة الدراسية و التي تعتبر مادة الوصل بين المعلم و المتعلم. و تعتبر استراتيجيات التدريس خطط عمل توضع لتحقيق أهداف معينة، و تمنع تحقيق مخرجات تعليمية غير مرغوب فيها و تعمم في صورة خطوات إجرائية، و يوضع لكل خطوة بدائل تسمح بالمرونة عند تنفيذ الإستراتيجية، و تتحول كل خطوة من الخطوات الإستراتيجية إلى تكتيكات، أي إلى أساليب إجرائية تفصيلية تتم في تتابع مقصود، و مخطط في سبيل تحقيق الأهداف المحددة

3-تعريفات لاستراتيجية التدريس:

تعريف كارل هيلد Carldeald 1996 للإستراتيجية بأنها تحديد للأهداف والإغراض الرئيسية طويلة

الاجل وتخصيص الموارد الضرورية لتنفيذ ذلك

تعريف مصطفى السايح 2001 "

الإستراتيجية هي " مجموعة من الخطوط العريضة التي توجه العملية التدريسية والأمور الإرشادية التي تحدد وتوجه مسار عمل المعلم أثناء التدريس والتي تحدث بشكل منظم ومتسلسل بعرض تحقيق الأهداف التعليمية المحددة سابقاً "

-**تعريف كوثر كوجاك 1997** " الإستراتيجية عبارة عن خطة عمل عامة توضع لتحقيق أهداف معينة
تعريف هدي الناشف (1993م) :

يقصد بالإستراتيجية المنحني والخطة والإجراءات والمناورات (التكتيكات) والطريقة والأساليب التي يتبعها المعلم للوصول إلي مخرجات أو نواتج تعلم محددة منها ما هو عقلي أو معرفي (cognitive) أو ذاتي نفسي أو اجتماعي أو نفسي حركي (cognitive) أو ذاتي نفسي أو اجتماعي أو نفسي حركي (psycho motor) -لمجرد الحصول علي معلومات (information)،

4- العلاقة والفرق بين الإستراتيجية والطريقة والأسلوب في التدريس:

الإستراتيجية :

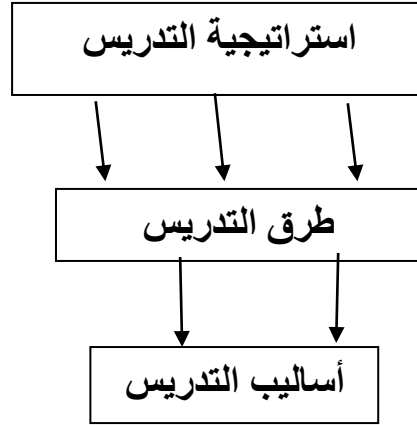
خطة منظمة ومتكاملة من الإجراءات تتضمن تحقيق الأهداف الموضوعية لفترة زمنية محددة رسم خطة متكاملة وشاملة لعملية التدريس طرق ، أساليب ، أهداف ، نشاطات ، مهارات ، تقويم ، وسائل ، مؤثرات فصلية - شهرية أسبوعية

الطريقة :

الآلية التي يختارها المعلم لتوصيل المحتوي وتحقيق الأهداف تنفيذ التدريس بجميع عناصره داخل غرفة الصف أهداف ، محتوى أساليب ، نشاطات ، تقويم موضوع مجزأ علي عدة حصص - حصة واحدة - جزء من حصة

الأسلوب :

النمط الذي يتبناه المعلم لتنفيذ فلسفته التدريسية حين التواصل المباشر مع الطلاب تنفيذ طريقة التدريس اتصال لفظي ، اتصال جسدي حركي جزء من حصة دراسية والبعض يستخدمها كمترادفات لها نفس الدلالة ولتوضيح الفرق بينهم كما بالمخطط التالي:



يمكن تحديد الفرق بين الاستراتيجية والطريقة والأسلوب في أن إستراتيجية التدريس أشمل من الطريقة فالإستراتيجية هي التي تختار الطريقة الملائمة مع مختلف الظروف والمتغيرات في الموقف التدريسي ، أما الطريقة فإنها بالمقابل أوسع من الأسلوب.

إذا فطريقة التدريس هي وسيلة الاتصال التي يستخدمها المعلم من أجل إيصال أهداف الدرس إلي طلابه ، أما أسلوب التدريس فهو الكيفية التي يتناول بها المعلم الطريقة " طريقة التدريس " والإستراتيجية هي خطة واسعة وعريضة للتدريس ، فالطريقة أشمل من الأسلوب ولها خصائص مختلفة ، والإستراتيجية مفهوم أشمل من الاثنين فالإستراتيجية يتم انتقاؤها تبعاً لمتغيرات معينة وهي بالتالي توجه اختيار الطريقة المناسبة والتي بدورها تحدد أسلوب التدريس الأمثل والذي يتم انتقاؤه وفقاً لعوامل معينة وسنوضح ذلك باختصار في الجدول التالي:

جدول رقم 01 يبين الفرق بين الإستراتيجية والطريقة وأسلوب التدريس في التربية البدنية والرياضية.

المفهوم	الهدف	المحتوى	المدى
خطة منظمة ومتكاملة من الإجراءات ، تضمن تحقيق الأهداف الموضوعية لفترة زمنية محددة	رسم خطة متكاملة وشاملة لعملية التدريس	طرق ، أساليب ، أهداف ، نشاطات ، مهارات ، تقويم ، وسائل ، مؤثرات	فصلية - شهرية - أسبوعية

الطريقة	الآلية التي يختارها المعلم لتوصيل المحتوى وتحقيق الأهداف	تنفيذ التدريس بجميع عناصره داخل غرفة الصف	أهداف ، محتوى ، أساليب ، نشاطات ، تقويم	موضوع مجزأ علي عدة حصص ،حصة واحدة جزء من حصة
الأسلوب	النمط الذي يتبناه المعلم لتنفيذ فلسفته التدريسية حين التواصل المباشر مع الطلاب	تنفيذ طريقة التدريس	اتصال لفظي ، اتصال جسدي حركي	جزء من حصة دراسية

و لكي يضع أستاذ التربية البدنية و الرياضية استراتيجية تدريسية تناسب المتعلم فانه من الضروري أن تتوافر شروط أهمها.:

- 1-تشخيص حالة المتعلمين .
- 2-معرفة أساليب التدريس المناسبة (البصرية، السمعية، الحسية، الحركية
- 3-ميول المتعلمين نحو التدريس الكلي أو الجزئي .
- 4-التعرف على نقاط القوة و الاحتياجات لديه للقنوات الإدراكية الأقوى و الأضعف.

عناصر الإستراتيجية:

يشير السلمي 1987 انه يمكن تحديد عناصر الإستراتيجية فيما يلي:

- 1- وضوح الأهداف
 - 2- تحديد الموارد والإمكانات التي يسيطر عليها صانع الاستراتيجية
 - 3- تحديد المتغيرات والمعوقات التي تعترض تحقيق الأهداف
 - 4- اتخاذ القرار أو القدرة على الاختيار والمفاضلة بين البدائل المختلفة
- 5محتوى إستراتيجية التدريس.

1 - عبارة عن إطار عمل مخطط لمجموعة من الأفعال و الحركات و الممارسات و الإجراءات و الأساليب و الوسائل المتتابعة

2- تتضمن الإستراتيجية الأهداف التدريسية، و تنظم الدرس، إثارة واقعية المتعلمين، تحديد الأنشطة التعليمية

3 - تتضمن التحركات المنظمة التي يقوم بها الأستاذ أثناء التدريس و إدارة التلاميذ

4- تتضمن أساليب التقويم المناسبة للتصرف على مدى نجاح أهداف الدرس.

5- تنسيق النواحي المتصلة بكل ذلك.

6 - مراحل اختيار استراتيجيات التدريس:

***- مرحلة البداية:**

و يتم فيها التهيئة الكاملة للمتعلمين من خلال إعطاء نبذة عامة عن موضوع و محتوى الدرس .

***- مرحلة الشرح:**

و يتم فيها شرح المهارة المطلوب تعلمها شرحا وافيا عن طريق إعطاء النموذج كليا و جزئيا بالإضافة إلى الجزء المعرفي القانوني لهذه المهارة.

***- مرحلة الفهم:**

عن طريق هذه المرحلة يطرح المعلم بعض الأسئلة حول المهارة بحيث يتصرف على مدى استيعاب المتعلمين لمكونات المتغلبة.

***- مرحلة الربط و التواصل:**

و فيها يتعرف المعلم على مدى قدرة المتعلمين على ربط مراحل الأداء المهارة ببعضها البعض، بالإضافة إلى معرفة المعلم بدرجة التواصل يبين أدائه للنموذج الحركي و تواصل المتعلمين في الأداء الحركي.

***- مرحلة الختام:**

و فيها يقوم المعلم بإعطاء تلميح للمهارة الحركية من نقاط موجزة.

7 - تقسيمات استراتيجيات التدريس

ذكر (حسن زيتون) عام (2003) أن هناك محاولات عديدة بذلت لتقسيم استراتيجيات التدريس إلي فئات لعل من أبرزها ما يلي :

أولاً:

-تقسيم استراتيجيات التدريس بناء علي مقدار ما يبذله الطالب من جهد لاكتشاف المعرفة بنفسه إلي فئة **استراتيجيات التدريس الشرحية :**

أي التي تعتمد علي الشرح أو التلقين المباشر للمعرفة من المعلم للطلاب ويقابلها فئة استراتيجيات التدريس الاستكشافية أي التي تعتمد علي قيام الطلاب باكتشاف المعرفة بأنفسهم وبين هاتين الفئتين تقع استراتيجيات تجمع مراحلها ما بين تلقي الطالب لشرح مباشر من المعلم للمعرفة أو غيره من مصادر

المعرفة الأخرى مثل الكتاب الدراسي الخ وبين اكتشافهم للمعرفة بأنفسهم من خلال أنشطة تعليمية مخصصة لذلك .

ثانياً:

تقسيم استراتيجيات التدريس بناءً على طريقة حصول الطالب على المعرفة وأسلوب اكتسابها إلى فئة **استراتيجيات التدريس المباشر :**

والتي تنضوي مراحلها على تعليم الطلاب المعرفة أو المهارة في شكل تلقي عرض مباشر لها من المعلم أو نحوه من مصادر المعرفة الأخرى أولاً ثم تدريبه عليها حتى يحفظها أو يتقنها مع تلقيه توجيهات أثناء هذا التدريب ترشده إلى تحسين أدائه ويقابلها فئة إستراتيجية التدريس غير المباشر والتي تنضوي مراحلها على نقيض ذلك الطلاب تعلمون المعرفة والمهارات من خلال ممارستهم لأنشطة التعليم الذاتية دون تلقيهم معرفة أو توجيهات مباشرة من المعلم وبين هاتين الفئتين تقع فئة ثالثة هي فئة استراتيجيات التدريس المباشر وغير المباشر التي تجمع مراحلها خصائص كلا الفئتين معاً .

ثالثاً:-

تقييم استراتيجيات التدريس بناءً على دور المعلم في العملية التعليمية وتحكمه فيها **فئة إستراتيجية التدريس المتمركز حول المعلم :**

ويكون دور المعلم فيها هو الدور الأساسي فهو الموجه لتلك العملية من الألف إلى الياء غالباً ويقابلها استراتيجيات التدريس غير المتمركز حول المعلم والتي يكون فيها دور الطالب في العملية المشار إليها غالباً فهو الذي يختار ما يتعلمه وبالطريقة التي يراها وبين هاتين الفئتين تقع فيه استراتيجيات التدريس التي تجمع مراحلها ما بين كلا الفئتين المشار إليهما سلفاً .

أن أهم الاستراتيجيات المرتبطة بالتدريس هي كالاتي :

1- إستراتيجية التدريس المباشر

2- إستراتيجية المحاضرة - المناقشة

3- إستراتيجية التدريس التشخيصي العلاجي

4- إستراتيجية التعليم التعاوني

5- إستراتيجية تدريس حل المشكلات

6- إستراتيجية التعلم البنائي

وقد وضحت كلا من (نوال شلتوت وميرفت خفاجة) عام(2002) أن هناك تصنيفاً آخر لاستراتيجيات التدريس وهو

أولاً : الاستراتيجيات التي تبرز دور المعلم :

وتقوم هذه الاستراتيجيات علي التحركات التي تبرز دور المعلم وتغفل دور المتعلم وهذه الاستراتيجيات تكون الركيزة الأساسية التي استندت إليها طرق التدريس التقليدية (المباشرة) التي شاع استخدامها بين المعلمين والتي لا تولي اهتماماً لنشاط المتعلم وفاعليته حيث يقتصر دور المتعلم فيها علي استقبال المعلومات المقدمة إليه من المعلم

ثانياً : الاستراتيجيات التي تبرز دور المتعلم وفاعليته :

حيث بنيت المناهج الحديثة علي أساس الاعتماد علي مشاركة المتعلم في اكتشاف الحقائق والعلاقات التي تربطها وفي اكتشاف المهارات وتنمية القدرة علي حل المواقف وحل المشكلات وفي ضوء هذا فإن وظيفة المعلم الأساسية هي خلق المواقف التعليمية التي تؤدي إلي توجيه المتعلم نحو اكتشاف المفاهيم والعلاقات ونحو اكتساب المهارات وتطبيقها بصورة صحيحة وتعريفهم بالأداء الجيد وتصحيح الأخطاء أولاً بأول . وهذه الإستراتيجية هي التي تبني علي مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ كما تبني علي مبدأ التعليم بالاكتشاف الموجه وعلي التعلم المبرمج ويظهر فيها التركيز علي المتعلم ونشاطه وفاعليته من خلال اعتمادها علي التحركات التي تبرز دوره بشكل خاص .

قبل أن نتطرق إلي دراسة أنواع الاستراتيجيات يجب علينا أولاً أن نوضح :

*أنواع استراتيجيات التدريس

إذا نظرنا إلي أنواع الاستراتيجيات ستجدها كثيرة جداً لذا سنحاول بقدر الأمكان أن نوضح الأنواع التي قام العلماء بترشيحها لعملية التدريس والتي تتمشي مع متطلبات العملية التعليمية في الوقت الحاضر .

غير أن هناك تقسيمات أخرى لاستراتيجيات التدريس نوجزها فيما يلي:

1- استراتيجية مبنية على الشرح Expository

وهي التي يعتمد فيها الأستاذ على شرحه للمعرفة وتلقينها للمتعلمين .

2- استراتيجية مبنية على الاستكشاف Discovery

وهي التي يعتمد فيها الأستاذ على اكتشاف المتعلمين للمعرفة بانفسهم

3 - استراتيجيات التدريس المباشرة Direct teaching straegies

وهي تعتمد على تعليم المعرفة أو المهارة على شكل تلقى مباشر من الأستاذ أو من مصادر المعرفة الأخرى ثم يتم تدريب المتعلمين عليها حتى يحفظها

4- استراتيجيات التدريس غير المباشرة Indirect teaching strategies

وهي التي تعتمد على تعلم التلاميذ المعرفة والمهارات من خلال ممارستهم لانشطة التعلم الذاتي

5- استراتيجيات التدريس المتمركزة حول دور الأستاذ Teacher centred

ويكون دور الأستاذ فيها هو الدور الأساسي فهو الموجه والمرشد للعملية التدريسية من بدايتها حتى نهايتها

6- إستراتيجية التدريس غير المتمركزة حول الأستاذ Non-teacher centred

ويكون فيها دور المتعلم هو الذي يختار ما يتعلمه بالطريقة والأسلوب الذي يراها

7- إستراتيجية التدريس التي تعتمد على نوع المهمة Task kind

وهي تركز على كيفية استخدام المتعلمين لكافة أنواع الأدبيات ومصادر المعرفة المتوفرة لديهم من اجل التعليم بطريقة أكثر فعالية.

8- إستراتيجية التدريس التي تعتمد على استخدام الخيال والتصور Mind eye

وهي التي تعتمد على تخيل أو تصور المتعلم للمعلومة أو رسم صورة تقريبية لها لتسهيل فهمها أو القيام بأدوار تمثيلية بحيث يستطيع متعلم المهارات الحركية استخدامها في مواقف أثناء الأداء الحركي.

نموذج تخطيطي لإستراتيجية تعتمد على نوعية المهمة (استخدام المعرفة والخبرة في الأداء)

عناصر الإستراتيجية	الأداء السلوكي (الوجداني)	وصف الأداء
1- استخدام المعلومات والمخزون الحركي السابق	أنا اعرف أنا شاهدت(إيماءات)	-فكر واستخدم معلوماتك وتصوراتك لمساعدتك على أداء المهارة الحركية -حاول الربط ذهنيا بين عناصر المعرفة
2- التخمين /التحليل	استدعاء المعرفة والتصور	-استخدم التحصيل فيما تعرفه لاستخلاص التصور الحركي للمهارة - تعلم واستمتع لنفسك
3- التنبؤ / التوقع	حركات ما قبل الأداء	-توقع ما سيأتي من معلومات تساعد في أداء المهارة الحركية - ضع تصور منطقيًا تشكل الأداء الحركي للمهارة
4- شخص الأداء	الشعور برضا النفس	- اربط ذهنيا بين المفاهيم الجديدة للأداء الحركي وبين تجارب شائعة
5- نقل المعرفة والخبرة /استخدام اكتشافهم	النقل/من مباراة أو منافسة للألعاب الفردية أو الجماعية	- انقل ما تعرفه من معلومات و خبرات عن مهارة سابقة إلى المهارة المتعلمة الآتية - تعرف على أجزاء التشابه بين المهارتين

استراتيجيات تدريس يمكن تطبيقها في المجال الرياضي.

- استراتيجيّة التعلم بالأقران:

نبت أهمية تطوير أساليب التدريس، وفقاً لحاجة المتعلمين ومراعاة الفروق الفردية بينهم، وفي ميدان التربية الخاصة يحتاج طلبة صعوبات التعلم إلى اكتساب المهارات الأساسية المتصلة بالمنهج، وذلك لمسايرة بقية أقرانهم في الصفوف العادية لذلك هم بحاجة إلى التنوع في طرق التدريس واستحداث طرق بديلة في تدريس طلاب التربية الخاصة ومن هذه الطرق التدريس بالأقران

* مفهوم التدريس بالأقران:

يقصد بتعليم الأقران قيام أفراد التلاميذ لتعليم بعضهم بعض وقد يكون القرين المعلم من نفس العمر أو الفصل للتلميذ أو المجموعة، أو يعلوهم عمراً أو مستوى مدرسياً .

* هو طريقة من طرق التدريس المستحدثة، تتمثل في طالب مدرب يقوم بتدريب طالب ذي مستوى أقل أكاديمياً

أشارت العديد من الدراسات بجدوى هذه الطريقة التدريسية المعاصرة في تعليم المهارات والمعارف والميول والعادات بوجه عام فإن شروطها التطبيقية تتمثل بما يلي:

- 1- قبول القرين المعلم والأقران التلاميذ لبعضهم البعض . فكلما ازداد التناغم النفسي بينهم واشتركوا معا بكثير من الميول والآمال والخصائص الشخصية كلما كانت فرص الاستفادة التربوية من تفاعلهم معا غنية ومجديه ويجسد أحد المتخصصين لأهمية هذا التناغم
- 2- كفاية معرفة القرين المعلم الخاصة بموضوع التدريس المطلوب.
- 3- كفاية القرين المعلم من حيث قوه الشخصية وسلامه القيم والأخلاق العامة.
- 4- معرفة القرين المعلم لكيفية التفاعل مع التلميذ وتدريبه وذلك بتدريبه مسبقا على ذلك قبل القيام بعملية التدريس المطلوبة.
- 5- تحضير المعلم المشرف على التعليم بالأقران ، لبيئة ومواد ووسائل التعلم حتى يمكن للقرين المعلم القيام بواجبه كما يتوقع منه.

6- تحضير المعلم المشرف على التعليم بالأقران لوسائل تقييميه يستطيع بها التعرف على كفاية التحصيل والتغيرات السلوكية الأخرى لدى كل من القرين العام التلميذ.

. خطوات تنفيذ برامج تدريس الأقران:

1. تحديد التلاميذ الذين يحتاجون إلى تدريس خاص من الأقران.

2. تهيئة المدرسة بحيث تكون هناك قناعات تامة من قبل مدير المدرسة والمعلمين بأن تدريس الأقران لن يخل بالعملية التعليمية.

3. تحديد وقت التدريس عن طريق الأقران.

4. يجب معرفة الأهل عن البرنامج وتزويدهم بتجارب حول هذه الطريقة.

5. تصميم الدروس التي سيقوم الأقران بتدريسها.

6. تدريب التلاميذ الذين سيقومون بتدريس زملائهم.

7. الحفاظ على اندماج الطالب المدرب بالعملية.

*إيجابيات حول تدريس الأقران:

. إن تدريس الأقران يضع مسؤولية التعلم على عاتق الطالب وهذا تغيير قوي له أثره بالنسبة لطلاب صعوبات التعلم الذين غالباً ما يكونوا متعلمين سلبيين.

. عندما يتوافر للطلاب معلم من أقرانهم يندمجون على نحو مباشر في تعلمهم ... هؤلاء الذين تعودوا أن يجلسوا بمفردهم على مقاعدهم منتظرين توجيه المعلم .. كما يوفر تعليم القران تعليماً فردياً ، والجانب المطمئن وغير المهدد في تدريس الأقران أنه يشجع التلاميذ على الاعتراف بقصور في الفهم دون الاهتمام بتقويم الطالب المعلم.

. العمل مع طالب آخر يوفر فرص للمناقشة والتساؤل والتقليل من فرص الإحباط.

-هي إستراتيجية تنقل المتعلمين مسئولية المعلم عند العناصر التعليمية وهي تستخدم عادة مع استراتيجيات أخرى:

- 1-المعلم عادة هو الذي ينتقى المحتوى في إستراتيجية تدريس الأقران فيقوم بتقديم فكره حركته أو مفهوم.
- 2-يقوم المتعلمين بالاستجابة بالمشاركة مع آخر أو آخرين.
- 3-يمكن للمتعلمين أن تعلم حركاتها لبعضهم البعض.
- 4-يعلم المتعلمين المهارة للمتعلمين الذين لديهم صعوبات في التعلم أو ليس لديهم خبرات.
- 5-يمكن أن يطلب من أحد المتعلمين توصيل العمل لجميع الفصل أو لمجموعه منهم.
- 6-التقدم في المحتوى هي وظيفة المعلم.
- 7-يجب أن يكون محك جوده الأداء واضحا للمتعلم المعلم.
- 8-يقوم الزميل المعلم بتقديم التغذية الراجعة.
- 9-يحول انتباه المعلم من أداء المتعلم إلى توجيه علاقة الأقران.

استراتيجية العصف الذهني:

هي طريقة حديثة لتطوير المحاضرة التقليدية فهي تشجع التفكير الإبداعي وتطلق الطاقات الكامنة عند المتعلمين في جو من الحرية و الأمان يسمح بظهور كل الآراء والأفكار حيث يكون المتعلم في قمة التفاعل في الموقف التعليمي، حيث يقوم المحاضر بعرض المشكلة ويقوم الطلاب بعرض أفكارهم ومقترحاتهم المتعلقة بحل المشكلة وبعد ذلك يقوم المدرس بتجميع هذه المقترحات ومناقشتها مع الطلاب ثم تحديد الأنسب منها ويعتمد هذا الأسلوب على إطلاق حرية التفكير وإرجاء التقييم والتركيز على توليد أكبر قدر من الأفكار وجواز البناء على أفكار الآخرين.

قائمة المراجع للمحاضرة السابعة:

- 1- حسن حسين زيتون، 2001، تصميم التدريس رؤية منظومية، عالم الكتب، القاهرة الطبعة الثانية
- 2- حسن حسين زيتون، 2003 ، استراتيجيات التدريس (رؤية معاصرة لطرق التعلم والتعليم) عالم الكتاب ، القاهرة ، الطبعة الأولى ،
- 3- زينب علي عمر ، غادة جلال عبد الحكيم، 2008.، طرق تدريس التربية الرياضية "الأسس النظرية والتطبيقات العلمية"، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 4- محمد السيد علي ، 2000، مصطلحات في المناهج وطرق لتدريس ، كلية التربية - جامعة المنصورة، الطبعة الثانية،
- 5- هدي محمدا لناشف ، 1993 ، استراتيجيات التعلم والتعليم في الطفولة المبكرة ، دار الفكر العربي .
- 6- كوثرحسين كوجك ، 2008 تنوع التدريس في الفصل دليلا لمعلم لتحسين طرق التعليم والتعلم في مدارس الوطن العربي، مكتب اليونسكو ا لإقليمي - بيروت
- 7- هانم إبراهيم أحمد ، لمياء رضوان لبيب ، تأثير بعض استراتيجيات التدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية والنواحي المعرفية وتركيز الانتباه في كرة اليد .
- 8- دوقان عبيدات و سهيلة أبو السميد ، 2005. استراتيجيات التدريس في القرن الحادي و العشرين .
- 9- مصطفى السايح محمد ، 2001. اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضة ، مكتبة الإشعاع للطباعة والنشر المنتزه الإسكندرية
- 10- نوال إبراهيم شلتوت ، ميرفت على خفاجي، 2002 م ، طرق التدريس في التربية الرياضية " الجزء الثاني " التدريس للتعليم و التعلم - الطبعة الأولى، الإسكندرية.

المحاضرة الثامنة: كيف يمكن ان ننقل المحتوى للمتعلم من خلال استراتيجية التدريس في التربية البدنية والرياضية؟

مدخل:

تعتبر استراتيجية التدريس ماهي الان نظم لنقل المحتوى للتلميذ باعتبارها اطارا للتعليم في الدرس، تؤدي من خلاله وظائف التدريس المختلفة والتي تتمثل في انتقاء المحتوى، وكيفية توصيله والتقدم به ، ثم التغذية الراجعة والتقويم ، ويعتبر الاساس في استراتيجية التدريس هو كيف يمكن نقل المحتوى للتلميذ. ويتضح دور المعلم في خلق المواقف المتباينة بكل جوانبها للتلميذ بحيث تساعده على ارشاده وتوجيهه نحو اكتشاف الحقائق والمعلومات واكتساب المهارات وادائها بصورة جيدة ، ولكي يتم نقل المحتوى للتلميذ من خلال استراتيجية التدريس يجب ان تنظم العملية التعليمية بحيث تؤدي وظائف التدريس بطرق مختلفة ومن اهمها :

1- اختيار المحتوى

2- كيفية توصيل المحتوى للتلميذ

3- التقدم بالمحتوى

4- اعطاء التغذية الراجعة والتقويم

وسنشرح باختصار كل نقطة من النقاط السالفة الذكر كما يلي:

1- اختيار المحتوى:

يعتبر المدرس هو المسئول عن اتخاذ جميع القرارات الخاصة بالمحتوى الذي يقابل جميع احتياجات كل فرد في المجموعة.

ويجب ان يتماشى المحتوى الذي يتم اختياره مع قدرات التلاميذ واحتياجاتهم، وان يكون مناسباً للجميع.

2- كيفية توصيل المحتوى للتلميذ :

ويقصد به الاسلوب الذي يستخدمه المدرس لتوصيل المحتوى للتلميذ ، فقد يتم التوصيل من خلال نموذج للاداء الحركي سواء من المدرس او من احد التلاميذ المتفوقين ، او باستخدام التقنيات الحديثة

3- التقدم بالمحتوى:

يجب على المدرس ان يضع في اعتباره كيفية التقدم بالمستوى الى مستوى اداء اعلى وهذا الامر يتطلب من المدرس التركيز على النقاط التعليمية اثناء الاداء بحيث تتيح الفرصة للمتعلم الممارسة الصحيحة حتى يتمكن من الاتقان وتطبيق الجوانب المختلفة للتقدم بالمحتوى

4- اعطاء التغذية الراجعة والتقييم :

لكي تتم التغذية الراجعة في التعليم الجماعي اي عمل القسم كله كوحدة واحدة يجب على المدرس ان يستخدم عدة مصادر للتغذية الراجعة نذكر منها الملاحظة، مراة للتعلم- التسجيل على شريط فيديو ، تغذية راجعة من الزميل - ثم عملية التقييم ، وغالبا ما يتم تقييم الحصيلة من خلال الاساليب التقديرية والاساليب الموضوعية اي باستخدام الاختبارات الموضوعية او اي وسائل اخرى مناسبة يعدها الاستاذ لقياس نتائج التعلم.

*لماذا تعدد استراتيجيات التدريس؟؟:

لقد تعددت الاستراتيجيات واختلفت وفقا للدور الذي يقوم به كل من المعلم والتلميذ والذي يطلق عليه بالتحركات ، ويقصد بها جميع السلوكيات والافعال التي يقوم بها المعلم والتلميذ اثناء الدرس، فقد يكون التحرك من المدرس بشرح المهارة وتقديم النموذج، للتوضيح متضمنا اعطاء النقاط التعليمية ثم تصحيح الاخطاء

هذا بالاضافة الى الاجابة على اي استفسارات من التلاميذ بحيث يتم تنفيذ هذه التحركات بطريقة متسلسلة ومتتابعة تتابع منظم اثناء الدرس.

هذا لتتابع والتسلسل في التحركات يطلق عليه استراتيجية تدريسية، كما ان اي تغيير في هذه التحركات وترتيبها يؤدي الى اختلاف الاستراتيجية.

وقد تناولنا وبا سهاب الاستراتيجيات المعروفة في ميدان التدريس وفي ما يلي نتناول بعضا من استراتيجيات التدريس المستخدمة في التربية البدنية والرياضية مرفقة بامثلة تطبيقية لمهارات لبعض الانشطة الرياضية.

1- استراتيجية التدريس المتفاعل:

يعتبر التدريس المتفاعل نمط من انماط استراتيجية التدريس وفيه ياخذ المدرس على عاتقه عادة كامل المسؤولية من خلال ضبط العملية التعليمية بنفسه باعتباره المسيطر والمسئول وحده عن اختيار المحتوى وتوصيله للتلاميذ والتقدم به ثم اعطاء التغذية الراجعة والتقييم

1-1 اختيار المحتوى :

ان الغرض من اختيار المحتوى وضع خطة التفاعل بين المدرس والتلميذ ويعتبر المدرس هو الخبير من حيث اختيار المحتوى باعتباره المسئول عن مخاطبة مجموعة الفصل " القسم " باكملها عند توصيل المحتوى بحيث يعمل القسم كله كوحدة واحدة نفس العمل تحت اشراف المدرس وبالتالي يمكنه ان يحكم على مدى تقدم واستيعاب التلاميذ ، وفي التدريس المتفاعل يضع المدرس محتوى الدرس في ضوء استجابات التلاميذ السابقة.

وفي ما يلي نوضح بنود المحتوى:

ا- تحديد الموضوع الدراسي (كرة اليد، تمرينات، جمباز.....)

ب - تحديد الهدف العام من الدرس (الانجازات المتوقعة في نهاية الدرس)

ج- تحديد الاعمال التي سوف يقوم بها التلميذ لتحقيق الهدف العام من الدرس.

د تحديد الاسلوب الذي يحقق الاهداف

هـ- كيفية استخدام الاشكال التنظيمية في الدرس بالاضافة الى ورقة العمل ان كان لها ضرورة لتوضيح نقاط معينة في العمل.

ز- تحديد الزمن المناسب لكل جزء من اجزاء الدرس حتى يتسنى تحقيق للهدف.

وعادة يستخدم التدريس المتفاعل في تعليم مختلف الانشطة الرياضية بحيث يكون موجها للفصل باكماله متضمنا مهارات مفتوحة ومغلقة لرياضة معينة ، ومن امثلة التدريس المتفاعل مهارة الوقوف على الراس المرتبطة بالتوازن والمثال التالي يوضح ذلك:

اولا: كيف يمكنك الوقوف على الراس واليدين

ثانيا : كيف يمكن عمل الاتزان على ثلاث اجزاء من جسمك.

ثالثا: ادي توازن يمكن ان تستمر فيه بضع ثوان.

فبالنسبة للاداء الاول ... اعطى للتلاميذ حرية قليلة للاختيار

بينما في الاداء الثاني .. كانت الحرية اكثر من الاداء

وفي الاداء الثالث .. اعطى مطلق الحرية للاختيار التوازن

1-2- توصيل المحتوى للتلاميذ والتقدم به:

وهو يشكل وقت العمل ويهدف الى استجابة التلاميذ ومتابعتهم لتنفيذ المحتوى ، ويجب ان يعرف التلميذ التوقعات من اداء العمل ودور المدرس والتلميذ حتى يتحمل كل منهما مسئولية سلوكهما لذا يجب على المدرس ان يضع في اعتباره الخطوات التالية بالنسبة لاستراتيجية التدريس المتفاعل:

-شرح دور كل من المدرس والتلميذ

-توصيل الموضوع الدراسي

-شرح الاجراءات التنظيمية

وهذه الاجراءات الثلاثة واضحة وثابتة في كل درس من دروس التربية الرياضية فشرح دور كل من المدرس والتلميذ يوضح سلوك كل منهما وبالنسبة لتوصيل الموضوع الدراسي فهو يشير الى ما يجب ان يتم تنفيذه عند توصيل المحتوى ، اما الاجراءات التنظيمية فهي تشمل كيفية تخطيط وتجهيز الملعب بالادوات والتجهيزات المطلوبة وكيفية استخدام الاشكال التنظيمية في الدرس.

1-3 مصادر التغذية الراجعة والتقويم:

في التدريس المتفاعل يعتبر المدرس هو المسئول عن التغذية الراجعة والتقويم لذا يجب ان يكون حرا اثناء النشاط حتى يتمكن من امداد التلاميذ بالتغذية الراجعة ويمكن اعطائها للفصل ككل او لكل تلميذ على حدى اثناء تادية النشاط او بعد توقفه فالمدرس الذي يطلب من التلاميذ تطبيق النشاط وحدهم فهو يعطي لنفسه فرصة افضل لاعطاء التغذية الراجعة ويحدث ذلك اذا كان التلاميذ لديهم فكرة مسبقة عن العمل ، ويؤدونه دون الاستعانة بالمدرس واثناء هذه العملية يجب على المدرس ان يهتم بالجوانب التالية :

* ان يحدد التلاميذ الذين يخطئون في الاداء

* ان يعطي تغذية راجعة مصححة لهؤلاء التلاميذ بحيث يتحقق من السلوك الصحيح

* ان ينتقل من تلميذ لآخر

* ان يحسن اختيار التغذية الراجعة المناسبة

2- استراتيجية التعليم الذاتي:

هو عملية اجرائية مقصودة يحاول فيها المتعلم ان يكتسب بنفسه قدرا من المعارف والمفاهيم والمبانيء والمهارات المحددة بالبرنامج التعليمي من خلال التقنيات.

هو اسلوب يتبعه المتعلم باستخدام مهاراته لتعليم نفسه بنفسه تحت اشراف وتوجيه.

يذكر **مارشيل "2000"** ان التعلم الذاتي يؤدي الى زيادة امكانية التعلم لدى المتعلمين ، فعن طريقه يصبحوا قادرين على استيعاب ما يتعلمونه بصورة افضل مع زيادة الميول نحو المادة الدراسية التي تدرس بالطريقة الذاتية.

ومن اهم متطلبات هذه الاستراتيجية ، انها تعتمد اساسا على المواد المكتوبة ، بحيث تتضمن برنامجا موضوعا من قبل ، وان يضع المدرس في اعتباره توفير بيئة تعلم مناسبة لطبيعة التلاميذ فيقوم باعداد الملعب لكي يصبح ميدانا للتعلم الحركي، يستطيع فيه كل تلميذ تعلم المهارات الحركية ، من خلال مصادر بشرية وتكنولوجية عن الاداء المطلوب وادوات التقويم ، فلا يحدد وقتا لاتقان المهارات وتطبيقاتها، ولكن يترك الوقت مفتوحا حسب احتياجات وقدرات كل تلميذ ، ويصبح دور المدرس مرشدا لهم ، على اعتبار ان هذه الاستراتيجية تعينه على استبعاد الكثير من المهام التعليمية التقليدية ، لذلك تعتبر جميع المساعدات اللازمة لتعلم التلميذ من اهم جوانب استراتيجية التعلم الذاتي.

2-1- اختيار المحتوى في استراتيجية التعليم الذاتي:

يتم اعداد المحتوى في هذه الاستراتيجية مسبقا، من خلال وضع برنامج عام لتعليم الوحدة التدريسية من قبل المدرس ، يحتوي على قائمة من الاعمال المتدرجة تبدا من السهل الى الصعب مع التقدم بالتدرج ،بالاضافة الى وضع اختبارات التمكن التي يستخدمها المتعلم عند انتقاله من خطوة الى اخرى ،للتأكد من قدرته على اتقانه للخطوات التي تعلمها.

التعليم الذاتي يوفر للمتعلم ممارسة النشاط المناسب ، على اعتبار انه عبارة عن وحدات نموذجية تطبيقية تتيح الفرصة للمتعلم ممارسة هذه الوحدات ، ويتم تنفيذها من خلال ورقة عمل ، والتوجيهات اللفظية او من خلال التقنيات المختلفة ، مثال ذلك وحدة كرة اليد قد تحتوي هذه الوحدة على دراسات مصغرة مستقلة تشمل التمريرات بمختلف انواعها -التصويب-اللعب الدفاعي والهجومى -قوانين اللعبة ، وبذلك يتمكن التلميذ من المواقف التعليمية بخطواتها المتدرجة ، وحبه وتشويقه لهذا النشاط ،واساليب الممارسة، فتوفر له التغذية الراجعة والتعلم بالخطوات ذاتي المناسب له.

2-2 توصيل الأعمال:

لكي يوصل المدرس برنامج التعليم الذاتي لكل تلميذ على حدا ، يجب أن تكون لديه فكرة مسبقة وواضحة عن مستوى التلميذ قبل بدا تنفيذ الوحدة التطبيقية النموذجية، وكذلك تحديد المهارات التي يستوجب التلميذ إتقانها، بحيث يتعرف التلميذ على المهارة المطلوبة من خلال الشرح اللفظي أو كتابة من

خلال بطاقة يسجل فيها مستوى التلميذ قبل تنفيذ الوحدة، وكذلك المهارات التي سوف يتعلمها ، وكيفية تسجيل المهارات التي يتم إتقانها .

فالوحدة التطبيقية النموذجية تتطلب بطاقة يكتب فيها جميع متطلبات الوحدة من أهداف ومصادر المعلومات ، بحيث تعطى الفرصة للتلميذ كيفية تعلمها، وعلى الرغم من أن هذه الوحدة التطبيقية مقصورة على الاستخدام في إستراتيجية التعليم الذاتي ، إلا انه يمكن أن توجه لمجموعة كبيرة من التلاميذ، بحيث تتم العملية التعليمية مستقلة عن توجيه المدرس ، على الرغم من ذلك يعتبر المدرس هو المحور الأساسي في هذه العملية باعتباره المرشد الذي يوجه التلميذ لتحديد مستوى البداية ، والتقدم من مستوى لآخر ن والمرشد الوحيد لكل تلميذ.

2-3- التقدم بالمحتوى:

من مزايا إستراتيجية التعليم الذاتي مراعاة الفروق الفردية بحيث تتيح الفرصة لكل تلميذ لكي يتقدم بالمحتوى وفقا لقدراته الشخصية ، فشعور التلميذ الخاص بالتعلم الذاتي ودوره في أن يتحمل مسؤولية اغلب تعلمه يساعده على علاج نقاط الضعف ، من خلال التقدم بخطوات بسيطة متدرجة قبل الانتقال إلى مستوى أداء أعلى.

2-4 مصادر التغذية الراجعة والتقويم:

تعتمد إستراتيجية التعليم الذاتي على التقويم وتشكل إعطاء التغذية الراجعة وتقويم الأداء قدرا من الصعوبة ، نظرا لان دور المدرس في هذه الإستراتيجية دور معقد من الناحية الإدارية لانشغاله بمساعدة التلاميذ على استخدام المواد التعليمية ، كما ن التلميذ يقوم بتأدية العمل باستخدام ورقة العمل "نموذج التعليم الذاتي" ويؤدي عمله بالسعة والإيقاع المناسب له ، بحيث لا ينتقل إلى مهارة جديدة أو مستوى جديد إلا بعد أن يتأكد من إتقانه للمهارة التي يؤديها من خلال محك العمل، لذا ينبغي على المدرس ملاحظة أداء التلاميذ واستخدامهم لورقة المعيار للتوجيه الذاتي وان يسأل أسئلة تركز على عملية التوجيه الذاتي وكذلك على أداء العمل، وان يخصص وقتا معينا في نهاية الدرس للتغذية الراجعة توجه للقسم بأكمله في شكل عبارات عامة عن أدائهم في الدور الذي يلعبونه ومتابعة تقدمهم حتى يتمكن من انجاز جميع أعماله على النحو المطلوب.

3- إستراتيجية التدريس من خلال اللعب:

يحتل اللعب مكانة كبيرة في عملية تربية الطفل لينمو نوما متكاملا بدنيا وعقليا واجتماعيا ونفسيا.

يرى "فرويد *Freud*" أن اللعب يعد الانشغال المفضل ويقوة لدى الطفل وأنه من خلال اللعب يكون عالما خاصا به.

كما يرى "جود *Good*" أن اللعب هو ذلك النشاط الموجه أو النشاط الحر غير الموجه الذي يقوم به الطفل من أجل تحقيق المتعة لذاته.

1-2 دور المدرس في إستراتيجية اللعب:

* اختيار العاب لها أهداف تربوية محددة ، وفي نفس الوقت مثيرة وممتعة

* أن تكون اللعبة من بيئة التلميذ

* التخطيط السليم لاستغلال الألعاب

* توضيح قواعد اللعبة للتلاميذ

* أن يكون دور التلميذ واضحا ومحددا في اللعبة

* تقديم المساعدة والتدخل في الوقت المناسب

* تقويم مدى فعالية اللعب في تحقيق الأهداف التي وضعت من أجله

وتنقسم الألعاب إلى ثلاث أنواع رئيسية

* - الألعاب الصغيرة

* - الألعاب التمهيدية

* - العاب الفرق

2-2 - الألعاب الصغيرة:

وهي العاب منظمة تنظيما بسيطا لا تحتاج إلى تنظيم دقيق ، سهلة في أدائها مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها وتكرارها ، يمكن ممارستها في أي مكان وتشمل ، الجري والوثب والرمي ، العاب الرشاقة والألعاب التي تمارس باستخدام الكرات والأدوات الصغير أو بدون أدوات

مثال:

- لمس الزميل في المربع

- تغيير الأماكن

- شد الزميل

- الخروج من الدائرة..... الخ

2-3 - الألعاب التمهيدية:

تعتبر الألعاب التمهيدية مرحلة متقدمة للألعاب الصغيرة ، وتعتبر أكثر تنظيماً منها ، لها قوانينها التي تشبه قوانين العاب الفرق بدرجة كبيرة ، وتحتاج لمستوى معين في القدرات الحركية والعقلية تفوق الألعاب الصغيرة ، يمكن ممارستها في ملاعب مساحتها اقل من الملاعب القانونية وبعدها لاعبين اكبر من المسموح به في العاب الفرق.

2-4- العاب الفرق:

تتميز بالطابع التنافسي ، وتتميز بقيمتها التربوية ، إذ تمهد الطريق نحو التربية الخلقية والإدارية ، فالمجالات المتعددة لألعاب الفرق تسهم في تنمية سمات التعاون والولاء والطاعة والكفاح في سبيل الفوز **خلاصة:** من خلال معالجة المفاهيم والتعريفات خلال الصفحات السابقة والتعرف على آراء خبراء التربية حول استراتيجيات وطرق وأساليب التدريس وتناول نماذج منها حسب الرؤى المختلفة للتربويين يمكن الوصول إلي الآتي :

إستراتيجية التدريس : هي مجموعة الإجراءات والوسائل التي تستخدم من قبل المعلم ويؤدي استخدامها إلى تمكين التلاميذ من الإفادة من الخبرات التعليمية المخططة وبلوغ الأهداف التربوية المنشودة.

مكونات الإستراتيجية:

- 1- تحركات المعلم التي تنظمها ليسيير وفقها في التدريس.
 - 2- الجو التعليمي والتنظيمي الصفي للدرس.
 - 3- الوسائل و الأمثلة والتدريبات والمسائل المستخدمة للوصول إلى الهدف.
 - 4- توظيف استجابات الطلاب بطريقة تحقق الهدف.
 - 5- التعزيز.
 - 6- أساليب التقويم المتنوعة القبلية والتكوينية والبعدي المرتبطة بالأهداف.
- طريقة التدريس :** هي الأداة أو الوسيلة أو الكيفية التي يستخدمها المعلم في توصيل محتوى المنهج للدارسين في أثناء العملية التعليمية ، أو هي الإجراءات التي يتبعها المعلم لمساعدة تلاميذه على تحقيق الأهداف ، أو هي ما يتبعه المعلم من خطوات متسلسلة متتالية ومتراصة لتحقيق هدف أو مجموعة أهداف تعليمية.

التعليم: هو العملية أو الإجراءات التي ينتج عنها التعلم وهي عبارة عن نقل المعارف والحقائق وتكوين المفاهيم وإكساب الميول والاتجاهات والقيم والمهارات ، وإحداث تغييرات عقلية ووجدانية و مهارية للطلاب.

التعلم: هو نتاج عملية التعليم. وهو كل ما يكتسبه الإنسان عن طريق الممارسة والخبرة
أسلوب التدريس:

هو النمط التدريس الذي يفضله معلم ما ، أو هو الكيفية التي تتناول بها المعلم طريقة التدريس أثناء قيامه بعملية التدريس وهو مرتبط أساسا بالخصائص الشخصية للمعلم.

الفرق بين التدريس والتعليم:

-التدريس يحدد بدقة السلوك الذي نرغب في تعليمه للمتعلم ، ويحدد الشروط البيئية العلمية التي تتحقق فيها الأهداف . أما عملية التعليم فإنها تحدث بقصد أو بدون قصد أوهدف محدد.
إشكالية:

كيف تنقل المحتوى التدريسي عن طريق إستراتيجية اللعب؟؟

أنجز عملا تطبيقيا(الدرس واحد أو لوحدة تعليميه) متبعا الخطوات السالفة الذكر
ا- تحديد الموضوع الدراسي

ب - تحديد الهدف العام من الدرس (الانجازات المتوقعة في نهاية الدرس)

ج- تحديد الأعمال التي سوف يقوم بها التلميذ لتحقيق الهدف العام من الدرس.

د- تحديد الأسلوب التدريسي الذي يحقق الأهداف

هـ - كيفية استخدام الأشكال التنظيمية في الدرس بالإضافة إلى ورقة العمل إن كان لها ضرورة لتوضيح نقاط معينة في العمل.

ز - تحديد الزمن المناسب لكل جزء من أجزاء الدرس حتى يتسنى تحقيق الهدف.

قائمة المراجع للمحاضرة الثامنة:

1- عبد الحميد حسن عبد الحميد شاهين، إستراتيجيات التدريس المتقدمة وإستراتيجيات التعلم وأنماط التعلم، الدبلوم

الخاصة في التربية، مناهج وطرق تدريس، كلية التربية بدمنهور ، الإسكندرية 2010-2011

2-زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، طرق تدريس التربية الرياضية الأسس النظرية والتطبيقات العملية، الطبعة

الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة، 2008

3-حسن زيتون ، استراتيجيات التدريس (رؤية معاصرة لطرق التعليم والتعلم) عالم الكتاب ، القاهرة ، الطبعة الأولى ،

2003م

المحاضرة التاسعة : المبادئ المنهجية وطرق التعلم و التدريب في التربية البدنية:

تذكير:

إن المنهجية هي المعرفة المثالية المستقلة عن الجانب التطبيقي (التطبيقات) المنهجية هي علم يدرس الطرق المستعملة في مختلف العلوم نستطيع أن نقول أن نظريات و منهجية التربية البدنية والرياضية هو علم يوضح القواعد الأساسية للتربية البدنية و الرياضية و الذي بدوره يحدد محتوى و شكل وكيفية انجاز و إخراج حصة التربية البدنية و الرياضية و الحصة التدريبية و التي تصنف على أنها عملية بيداغوجية و عملية مرتبطة بالمنظومة التربوية .

ويرتبط العمل التربوي للتدريس في مجال التربية البدنية بالعديد من المبادئ و التي يمكن تقسيمها إلى مجموعتين:

أولاً- مجموعة مبادئ وطرق التعلم و تتعلق بعملية تعلم المهارات الحركية. ثانياً- مجموعة مبادئ التدريب الرياضي، و تتعلق بعملية تكوين وتربية الصفات البدنية. ومبادئ التعلم تعتبر أكثر عمومية، حيث أنها تشمل أيضا على عمليات التدريب وذلك عندما نتناول الجوانب الفنية للحركات، ولهذا فإن مجموعة مبادئ التعلم يمكن تسميتها بالمبادئ التنظيمية أو الإرشادية.

و في مجال تعليم المهارات الحركية فإنه يوجد لكل حركة جانب تطبيقي، كما يوجد لها جانب نظري، و لذلك فإنه يجب أن يؤخذ بعين الاعتبار كيفية تناول الجوانب النظرية أثناء عملية التعلم وهذه قاعدة عامة تنطبق على جميع المواد العملية التي لها جوانب تقنية.

أولاً- مجموعة مبادئ وطرق التعلم في التربية البدنية والرياضية

1- مبادئ التعلم في التربية البدنية والرياضية:

والمبادئ الأساسية التي يجب أن نلتزم بها عند تعلم الحركات و المهارات الحركية والتدريب عليها

هي:

أولاً- المعرفة الواعية و الفعالية.

ثانيا - الوضوح.

ثالثا - الانتظام.

رابعا - السهولة.

خامسا - الثبات.

وسوف نتناول هذه المبادئ كل على إحدى بالشرح و التفصيل.

أولا- مبدأ المعرفة الواعية و الفعالية:

إن الدور الأساسي والراشد في التعلم و التربية يشغله المدرس، ولكنه مهما بلغت قدراته الخاصة على توصيل المعلومات لابد وأن يخلق لدى الممارسين الرغبة في المعرفة و الاشتراك بفعالية في النشاط أثناء الدرس. ولتطبيق هذا المبدأ يجب أن تغرس في نفوس التلاميذ النواحي التالية:

1- الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط وإدراك الهدف من التربية البدنية وقيمتها من الناحية التربوية.

2- الاشتراك بفعالية في النشاط التعليمي - التدريبي .

3- التقييم الذاتي لحصيلة نشاطهم الحركي، و النتائج التي وصلوا إليها.

و ليس من الضروري أن تكون هذه النواحي الثلاثة مجتمعة مصاحبة لعملية التعلم أو التدريب على المهارة الحركية. فغالبا ما يظهر إحداها ويتلاشى الآخر، ولكن بشكل عام فإن وجود هذه النواحي وإدراك الممارسين لها يلعب دورا كبيرا في دفع العملية التعليمية والتربوية في أنشطة التربية البدنية إلى الأمام. وفي كثير من الحالات تظهر الاتجاهات الإيجابية نحو أنشطة التربية البدنية، وعلى الأخص عندما يحقق فيها الممارسون نجاحات واضحة، وترتبط بانفعالات سارة ولكن في حال وجود صعوبات متكررة أثناء التعلم و التدريب فإن ذلك يكون مدعاة للهروب الكثير منهم، ومعنى ذلك أن الواجبات التي يكلف بها المتعلمون تنفذ بأسلوب سيء .

والواجب الأساسي هنا هو بث الوعي وإدراك وفهم الهدف من التربية البدنية والقيمة التي يتحصل عليها نتيجة تحقيق العمل المنوط بهم. وأن يدركوا أن الفائدة ستعود عليهم بالدرجة الأولى ثم على مجتمعهم بعد ذلك.

وفي حالة تسرب العديد من الطلاب و اللاعبين من ممارسة النشاط، فمعنى ذلك هو نقص الوعي أو عدم كفاية القائمين على النشاط التعليمي.

وهنا تبرز قيمة تأكيد مبدأ المعرفة عن وعي لهدف التربية البدنية حتى تصبح بعد ذلك جزءا من الحياة اليومية لهم، بل ومن متطلباتها الضرورية.

وخاصية الفعالية أثناء النشاط (التعليمي - التدريبي) تكمن لحد كبير في علاقتها الغير مباشرة بالحالة الدافعية ولقد أظهرت الدراسات و الملاحظة العلمية لتلاميذ المدارس أن الدوافع كمحركات للسلوك تظهر في التعبيرات اللفظية للممارسين في كلمات مثل "أريد" بدلا من كلمة "لازم" وكلمة "يعجبني" بدلا من كلمة "يجب" أو "من الضروري".... الخ من الكلمات التي تعكس الاتجاهات السلبية. وأظهرت الدراسات أيضا أن الفعالية للاشتراك في النشاط تزداد طرديا بوجود الدوافع بأنواعها المباشرة وغير المباشرة، وتتطور الفعالية بتطور الدوافع.

والفعالية الصادقة والنشاط الهادف هو الشكل الأمثل الذي يظهر وعي التلاميذ بهدف الممارسة و النتائج التي يمكن أن تعود عليهم نتيجة للممارسة الجادة. وهناك ناحية أخرى تؤكد ذلك وهي انتظام الممارسين ، و التحرك الذاتي مثل القدرة على تحديد نزع الإحماء وتدريباته، الاشتراك في التدريبات الصباحية، الاشتراك مع المدرسين في وضع خطة التدريب..... الخ.

و مبدأ الفعالية "النشاط" يلزم كذلك تربية المبادرة أو الاعتماد على النفس للممارسين للاشتراك في العمل وكذلك الأنشطة الجماعية. و من أهم الأمور التي تحدد هذه المهمة هو الاشتراك في الأعمال ذات الفائدة مثل إصلاح الأدوات الرياضية، تجهيز اللاعبين، الاشتراك في التحكيم و الأعمال التنظيمية ومساعدة الحكام.

ولرفع فعالية المشتركين لا يجب أن نقلل من أهمية المربي البدني، ففي هذه الحالة لو توافرت لديه الحكمة الكافية و المبادرة في نقل خبرته للتلاميذ والممارسين فسوف يستدعي لديهم بالضرورة الاشتراك في النشاط عن حب و الشعور بالمتعة نتيجة لذلك.

وجميع الأنشطة التي يشترك فيها وفق إراداتهم الذاتية تعتبر من الناحية الفعلية نوع من الوعي، ولكي تكون العملية التعليمية ذات قيمة، ويدرك التلاميذ فائدتها يجب على الممارسين:

- 1- فهم الفكرة من كل واجب حركي بمفرده.
- 2- معرفة الأسس العلمية للتمرين أو التدريب المقدم: أن يفهموا لماذا قاموا بأداء التمرين بهذا

الشكل ولم يؤديه بشكل آخر؟

3- محاولة تحليل الإحساس العضلي لكل تمرين.

4- معرفة قيمة نتائج نشاطهم.

والمدرس خلال نشاطه يجب عليه إتباع القواعد التالية، و التي تلتزم بمبدأ المعرفة عن وعي

الاشتراك بفعالية:

1- شرح هدف كل واجب تدريبي جديد.

2- تعليم التلاميذ الاعتماد على النفس في اكتشاف الأخطاء وإصلاحها.

3- التسجيل وبموضوعية نتائج التقدم للممارسين.

4- نقل الواجبات إلى المجال التطبيقي، وذلك لتعليم الاعتماد على النفس في ممارستها "أثناء

الحصّة" "النشاط الداخلي أو الخارجي"

ثانيا- مبدأ الوضوح:

يحتل الإدراك الحسي الجزء الأكبر و الحلقة الأولى في عمليات التعلم الحركي.

ويعتبر الوضوح من أهم الواجبات الأساسية في مرحلة التعرف على التدريبات البدنية، وأدواتها

والذي يظهر في طريقة عرض الحركات و التحليل الدقيق لمراحلها المختلفة.

والوضوح يعني توصيل المعلومة النظرية وطريقة تطبيقها بشكل صحيح لأجهزة الإدراك الحسي

لدى الممارس، بحيث يفهمها ويستوعبها بسهولة. وحسن استخدام وسائل الإيضاح البصرية، كالأفلام و

الصور و اللوحات و القيام بالنموذج الصحيح وكذلك وسائل الإيضاح السمعية كالشرح و الوصف

والنداءات وانتقاء مختلف التعبيرات والمصطلحات التي تدفع التلاميذ إلى زيادة بذل الجهد و الشقة

بالنفس، و التي تصبغ الموقف التعليمي بالصيغة الانفعالية السارة.

ولضمان عملية الوضوح في عمليات التعلم و التدريب في التربية البدنية يجب الالتزام بالتعليمات و

القواعد التالية:

1- تحديد المهارة الحركية الواجب توضيحها، أو المساعدة في توضيحها.

2- إرشاد الممارسين لمعنى الإدراك الحسي الشامل للحركة وذلك باستخدام أكثر من حاسة في

وقت واحد.

3- استعمال الوسائل السمعية و البصرية "وسائل الإيضاح" فيما هو ضروري فقط.

4- إن استخدام أساليب التوضيح يختلف حسب العمر.

ثالثاً - مبدأ الانتظام:

إن مبدأ الانتظام يعني الالتزام العقلاني والمستمر في تلقي المادة المتعلمة وفق برنامج التربية البدنية سواء في المدرسة أو النادي أو أي مكان آخر.

و الانتظام يعني التدرج في تعلم الواجبات الحركية وفق نظام محدد يسمح باستيعاب المهارات الحركية المتعلمة.

و بتخطيط ممارسة التمرينات فإنه من الضروري توزيع الواجبات بحيث يعتمد كل واجب على ما قبله وفي نفس الوقت يدعمه، وتحسين ما سبقه من نتائج.

و الالتزام بمبدأ التتابع من خلال برنامج مخطط، يلزم دراسة المجموعات الحركية كنظام حركي يلتزم بشكل متتابع "نظام الجمناز للصف الأول و الثاني والثالث وهكذا" أو نظام التمرينات للصف الأول و الثاني".

وبالإضافة إلى التدرج في التعلم و التدريب و الانتظام في الانتقال من مرحلة إلى أخرى من حيث التعقيد و الصعوبة للمهارات و الخبرات الحركية، فإنه بجانب ذلك يجب زيادة الحمل التدريبي وكذلك شدته، و الذي يضمن نمو الصفات مثل القوة و السرعة والتوافق... الخ. و الزيادة في التحمل يجب أن تشمل جوانبه المختلفة "البدنية، الفنية، الخطئية، النفسية".

ومبدأ الانتظام في التربية البدنية يعني أيضا التكرار بصورة منتظمة للتمرينات وهذا يتطلب:

- 1- تحديد التكرار المثالي للتمرين وظل فترة الراحة بين كل تمرين وآخر.
- 2- متابعة التمرينات وكذلك العلاقة بين الحجم و الشدة للعمل، والتي تعكس المتطلبات المتجددة لطرق التدريب والتعليم في التربية البدنية. ولضمان الانتظام في التعليم يجب الالتزام بالقواعد التالية:
 - التخطيط المبكر للواجبات التعليمية التدريبية، وتحديد كيفية تتابع التدريبات.
 - دراسة نتائج العمل التعليمي - التدريبي باستمرار.
 - ضمان انتظام الممارسة وعدم وجود ثغرات زمنية كبيرة.
 - التوزيع الصحيح للتمرينات في أوقاتها.
 - العمل على عدم تكرار العمل، مع تنوع أساليب النشاط.

رابعاً - مبدأ السهولة:

لتحقيق مبدأ السهولة يجب إدخال كل العناصر اللازمة في تعلم الحركة من حيث العرض، الشرح، المادة المتعلمة ذاتها، الحمل البدني العام...الخ.

من العوامل التي تتيح للمتعلم استيعاب المادة بسهولة ويسر في التربية البدنية ما يلي:

1- الاختيار و التوزيع المناسبين لتدرج مستوى الصعوبة للتمرينات.

2- الأخذ بعين الاعتبار حساب العمر، و الجنس، و الخصائص الفردية للتلاميذ.

و هناك فرق بين تحقيق الغرض من المادة المتعلمة وبين سهولة امتلاكها، فالواجبات السهلة للغاية يمكن أن تكون في متناول الممارسين، ولكنها ليست ذات معنى وقليلة المردود. بالإضافة إلى أنه سيكون لها رد فعل سلبي حيال الاهتمام ودرجة انفعالية للممارسين - بالإضافة إلى أنها لا تتناسب مع مستوى طموحهم.

ولهذا السبب فإنه من الناحية النفسية لا ينصح بذلك ولكن في نفس الوقت لا يجب أن تكون المادة متناهية في الصعوبة لأن ذلك أيضا سوف يؤدي إلى كثير من الإصابات البدنية، علاوة على الإحباط الناتج عن عدم تحقيق الغرض. و لذلك فإن اختيار المادة المتعلمة يجب أن يكون في متناول قدرة الممارسين بالإضافة إلى تضمنه بعض الصعوبة التي تتناسب مع مستوى العمر والقدرة على مراعاة عامل الفروق الفردية.

و يجب أن يشتمل التدريس على القواعد التربوية المعروفة من حيث التدرج من حيث "السهل إلى الصعب" "ومن البسيط إلى المركب" ومن "المعلوم إلى المجهول".

وتحصين كل ذلك يخضع إلى البرمجة الجيدة وتوزيعها على الوحدات التدريبية. ولتحقيق مبدأ

السهولة يجب أن تأخذ في الاعتبار:

- المستوى التأهيلي الأولي للتلاميذ الممارسين.

- الجنس "ذكر-أنثى".

- خصائص السن للممارسين.

- الفروق الفردية بين الممارسين.

خامسا - مبدأ الثبات:

إن وجود الثبات في ميدان التربية البدنية يعني ضمان الحفاظ على الخبرات الحركية والكفاية

الحيوية للمكتسبات من عملية التعلم و التدريب لأطول فترة ممكنة.

وقيمة هذا المبدأ تظهر عندما يكون الهدف من التعليم هو تشكيل الخبرات الحيوية والضرورية مثل مهارات الجري و الوثب و السياحة...الخ من الخبرات التي يتطلب تكوينها المزيد من الوقت والخبرات الغير مثبتة جيدا أو مثبتة جيدا أو مثبتة بشكل ضعيف تتحلل سريعا في حال الانتقال إلى خبرات جديدة أو بالابتعاد عن الممارسة بعض الوقت، ويبدو ذلك أكثر إذا كان تعليم هذه المهارات قد تم بشكل يتميز بصعوبة كبيرة أو بإعطاء حمل بدني كبير.

و عملية التثبيت لا تعني بها كل التمرينات ولا بعض النواحي الفنية وإنما نعني بذلك بعض تدريبات الجهاز المعقدة، النواحي الفنية الصحية للرياضات الفردية، ولهذا يجب العمل على تقويتها بشكل مستمر.

والشروط الأساسية التي يجب مراعاتها لتثبيت الخبرات الحركية هي:

- 1- الاستيعاب الكامل للحركة "عمليا ونظريا".
- 2- التكرار المنظم والمتعدد للمهارات المتعلمة، مع ما يتطلبه ذلك من مستوى مرتفع من اللياقة البدنية.

- 3- توزيع مرات التكرار على عدة أيام بدلا من تكرار الكثير من النواحي في يوم واحد.
- 4- مراعاة حسن العلاقة بين عدد مرات التكرار "فترات الحمل وفترات الراحة".
- 5- في حالة تكرار أجزاء المهارة الحركية ينبغي على الفرد أن يؤديها كأجزاء ثم بعد ذلك ككل لضمان تثبيت الارتباط بين الأجزاء.

- 6- يحسن البدء بتكرار المادة المتعلمة في الأيام الأولى بعد التعلم مباشرة، إذ أثبتت الكثير من التجارب والملاحظات أن النسيان يبدأ مباشرة في الأيام الأولى للتعلم، ما لم يدعم بالتكرار والتثبيت.
- 7- يجب على المربي الرياضي الإسراع في إصلاح الأخطاء أولا بأول وذلك بإصلاح الأخطاء وتوجيه الانتباه إليه عقب الأداء مباشرة والبدء في إصلاح الأخطاء الأساسية، و التركيز عليها ثم الانتقال بعد ذلك إلى الأخطاء الفرعية أو الجزئية.

وللالتزام بمبدأ التثبيت في عمليات التعلم والتدريب في التربية البدنية يجب إتباع القواعد التالية:

- 1- لا داعي للتسرع في الانتقال من مهارة إلى مهارة أخرى جديدة.
- 2- لا يجب الفصل بين وحدات التمرينات الجديدة.
- 3- استخدام الخبرات السابقة والمشابهة "انتقال أثر التدريب الايجابي".
- 4- رفع شدة الحمل بالتدرج وتمديد فترة استيعاب التمرين.

5- التقويم الدقيق للمستوى الذي وصل إليه الممارسون، وملاحظة القدرة على إظهار هذا المستوى أثناء المقبلات و المنافسات.

6- الالتزام بقواعد الحمل والراحة أثناء التدريب.

وكل مبدأ من المبادئ الخمسة سابقة الذكر لا ينظر إليه بمفرده في عملية تعلم المهارات الحركية أو التدريبية عليها، والمدرس الناجح هو الذي يربط بين هذه المبادئ من الناحية التعليمية و التي تتم بشكل متكامل، ابتداء من تحديد الهدف وحتى استيعاب واكتساب الحركة مروراً بالقيم التربوية والنفسية والاجتماعية التي يراد إكسابها للتلاميذ.

إذن يمكن حساب نجاح العملية التعليمية والتي تشمل على المعلم والمتعلم والمادة المتعلمة " في حالة التزام المربي البدني بالمبادئ التعليمية ووضعها في مكانها الصحيح وفي إطار نظام محدد مع ملاحظة أن هذه المبادئ يمكن أن تزيد أو تتغير فيها بعض القواعد تبعاً للتطور العلمي في مجال التربية البدنية والرياضة.

قائمة المراجع للمحاضرة التاسعة

- 1- مفتي إبراهيم حماد، 2001. التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي.
- 2- محمد حسن علاوي، 1983 ، علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة .
- 3- عصام عبد الخالق، 1992 التدريب الرياضي.
- 4- عباس أحمد صالح السامرائي، بسطويسي أحمد، 1984، طرق التدريس في مجال التربية الرياضية.
- 5- مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي للجنسين، 1996
- 6- عفاف عبد الكرم، 1989 طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية.
- 7 - محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، الطبعة الثانية، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر.

المحاضرة العاشرة : ثانيا - مجموعة مبادئ التدريب الرياضي:

وتتعلق بعملية تكوين وتربية الصفات البدنية للتلاميذ أو للاعبين مستويات المنافسة

أولاً:- ماذا تعني كلمة التدريب؟

كلمة " التدريب " لا تخص فقط التدريب الرياضي فحسب بل تشمل التدريب على الأجهزة و الأدوات المختلفة، و قد جاءت هذه الكلمة من اللغة الإنجليزية أصلاً (Training)، تعني هذه الكلمة التدريب على أداء شيء ما و تستخدم أيضا في تدريب الحيوانات على ممارسة شيء معين، و قد جاءت هذه الكلمة من الفعل (Train) ومن الكلمة اللاتينية (Trano) و من الكلمة أن يسحب الشيء لمسافة معينة أو أن الفرد مغرم بمشاهدة شيء ما، و يرى البعض أن هذه الكلمة تعني (تربوي) و في الزمن القديم كانوا يستخدمون هذه الكلمة لتدريب الخيل حيث كان الإنجليز يحبون الخيل و سرعان ما انتشرت هذه الكلمة، و قد كانت تستخدم أيضا في جميع الألعاب التي كانت موجودة هناك مثل ألعاب القوى، سباحة، قدم...الخ و اليوم تستخدم هذه الكلمة في دول كثيرة من العالم، رغم هذا كله ليس خطأ أن نقول التدريب الرياضي - و المدرب الرياضي ليس مهمته فقط إعطاء التمارين فحسب بل هو رجل تربوي أيضا، لذا نرى أن استخدام هذه الكلمة في وقتنا الحالي واسع من جهة و ضيق من جهة أخرى.

ثانيا- مفهوم التدريب الرياضي:

عندما نقول تدريب رياضي لابد من معرفة أن التدريب يأخذ كل شكل من أشكال التمارين الخاصة في اللياقة البدنية ويدخل هنا تمارين للصحة و تمارين علاجية، و هذا هو المفهوم الواسع للتمارين من الجانب الآخر (الضيق) فيكون إعطاء أهمية خاصة لإعداد الرياضيين للوصول إلى مستوى رياضي متقدم.

و يعرف محمد حسن علاوي **التدريب الرياضي** بأنه: " عملية تربوية تخضع للأسس و المبادئ العلمية، و تهدف أساسا إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية ".

و يعرف سليمان حجر **التدريب الرياضي** بأنه: " مهنة تقوم على المعرفة العلمية و الخبرات العملية الواسعة. "

إذا فالتدريب عملية منظمة لها أهداف تعمل على تحسين ورفع مستوى لياقة اللاعب للفعالية الخاصة أو النشاط المختار ، وتهتم برامج التدريب باستخدام التمرينات والتدريبات اللازمة لتنمية المتطلبات الخاصة بالمسابقة.

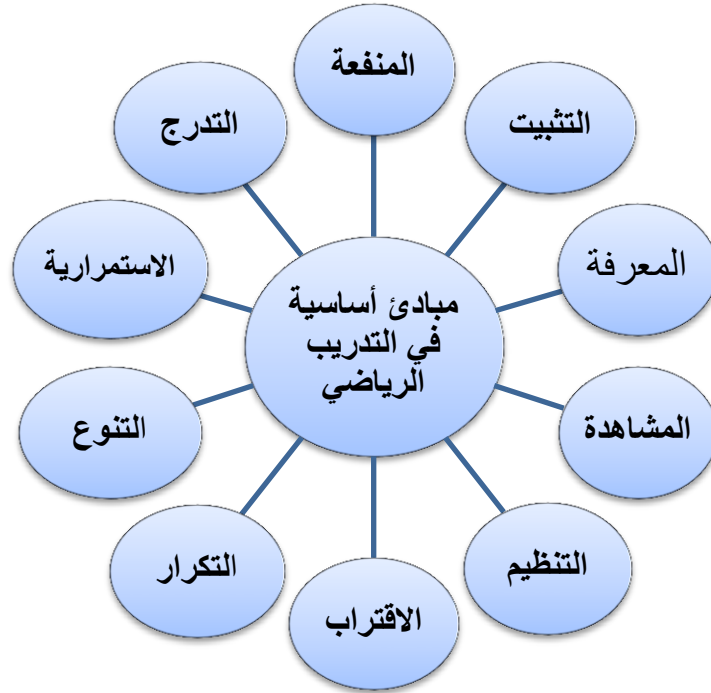
والتدريب يتبع مبادئ ولذلك تخطط العملية التدريبية على أساس هذه المبادئ التي تحتاج إلى تفهم كامل من قبل المدرب قبل البدء في وضع برامج تدريبية طويلة المدى.

ثالثاً- مبادئ التدريب الرياضي:

حسب المختصين في مجال التدريب الرياضي فان هنالك مبادئ أساسية هي:

- 1-المعرفة
- 2- المشاهدة
- 3- التنظيم
- 4-الاقتراب
- 5-التكرار
- 6- التنوع
- 7-الاستمرارية
- 8- التدرج
- 9 المنفعة
- 10- التثبيت

والشكل التالي يوضح تلك المبادئ



1- مبدأ المعرفة:

قبل البدء بعملية التدريب يجب أن يعرف اللاعب لماذا يتدرب. و لكن تفكيره ليس كافيا و أحيانا يتدرب اللاعب و معرفته بالأداء ليست كافية. و حينما يكون التدريب قاسيا، و خاصة للمبتدئين، سوف يكون ذلك عاملا أساسيا في ابتعادهم عن التدريب، لأن المبتدئ غير قادر على مواجهة برامج التدريب الموضوعة. لذلك فهم و معرفة الفكرة الأساسية للتدريب و تأثير كل نوع من أنواع التمارين المستخدمة يؤدي باللاعب إلى اكتساب القدرة على الأداء المتقن بأقصر زمن ممكن و تكيف أجزاء الجسم على ذلك. وبهذا يكون اللاعب قد وصل إلى هدفه الأساس الممثل في ضبط الأداء الفني الصحيح. ويصبح اللاعب أيضا قادرا على اكتشاف نقاط الضعف. و من النقاط الهامة في مبدأ المعرفة هي:

أ- معرفة اللاعبين بأهمية عملية التدريب، ليس فقط بشكل عام، بل بفهم ومعرفة أداء كل تمرين على انفراد.

ب- معرفة اللاعبين بالمبادئ الأساسية عند أداء كل تمرين على انفراد، ومعرفة الوضع المناسب لكل تمرين.

ج- يجري الأولمبيون تحليلاً لأدائهم و مدى التطور الذي حصل خلال التدريب دون مساعدة المدرب و أن ينظروا إلى كل تمرين بمفرده بدقة متناهية.

2- مبدأ المشاهدة:

يتمثل هذا المبدأ بعرض لوحات و صور إيضاحية إضافة إلى عرض أفلام سينمائية للأداء الجيد و عرض الجداول و الرسومات التوضيحية المختلفة التي لها علاقة مباشرة بشكل الرياضة المراد العمل و التدريب عليها. و عند عرض هذه الوسائل التوضيحية يجب أن تكون حركة كل جزء من أجزاء جسم اللاعب واضحة و تؤدي بالوقت المناسب. و يمكن أن يتم هذا من خلال وقوف اللاعب أمام مرآة خاصة يتمكن من مشاهدة كل جزء من أجزاء الحركة.

وبعد تحديد الأخطاء يجب البدء بتصحيحها أولاً بأول خلال الحركة. و اللاعب المتقدم لا بد له من فترة زمنية طويلة كي يعتاد هذا الأسلوب لمعرفة حركة كل عضلة من عضلاته.

يتطلب مبدأ المشاهدة المحافظة على النقاط التالية:

أ- عند استعمال حركة جديدة يجب أن يتم من خلال الشرح للحركة و من خلال عرض الأفلام واللقطات المناسبة للاعبين المميزين أو الفرق المميزة وهذا يعني إمكانية جيدة لتوضيح الحركة أمام اللاعبين.

ب- عند إعطاء حركة جديدة يقوم المدرب بتوضيح الحركة بشكل أكثر تفصيلاً ودقة.

ج- يؤدي اللاعبون التمارين بمساعدة المدرب و توجيهه مع العمل على تصحيح الأخطاء المرافقة للأداء.

د- يقوم المدرب بإعطاء حالات مناسبة و ملائمة لأداء الحركة مع توضيح زوايا الأداء و مراقبته.

3- مبدأ التنظيم و الترتيب:

عند أداء حركة جديدة لا بد من التدرج في الأداء من السهل إلى الصعب. و لا بد من إعادة و تكرار أدائها مرات عديدة و التمرن عليها. و من الضروري أن لا ينقل اللاعب إلى العمل الصعب ما لم يتقن أداء الحركة الأولى بصورة جيدة. و غالباً ما يستخدم هذا المبدأ في تنظيم الأساسيات الفنية و التكتيكية و تنسيق و ترتيب القوة و السرعة و التحمل و المرونة.... إلخ و قبل كل شيء يجب وضع الأهداف لتعلم

المهارات و تنسيقها، أهداف بعيدة المدى أو قصيرة المدى. كما أن تنظيم عملية التدريب يؤدي إلى الوصول إلى نتائج أفضل من خلال تقسيم العبء الكلي على الأسبوع أو الشهر أو السنة. لذلك نقول أن الزيادة المنظمة لحجم و شدة التدريب خلال السنة أو لمرحلة قصيرة مهمة جدا. فمثلا مرحلة التحضير يجب أن تعتمد على مبدأ التنظيم الممثل بالاستمرارية في الزيادة بصورة تدريجية الفاعلية في الأداء و الزيادة المخططة خلال مرحلة التدريب، و التي يجب أن لا تكون خطأ مستقيما بل خطأ متعرجا.

فمثلا تطوير القوة عند اللاعب تعتمد على الزيادة في الوزن يومين أو ثلاثة أيام. كذلك تمارين السرعة مثل الركض بسرعات متغيرة تسبقها فترة الإحماء التي تكون في بداية التدريب. بعد هذا العمل التنظيمي لابد من قراءة نتائج الأداء بشكل دائم و مستمر، ومقارنتها مع الخطة التي تم وضعها من قبل. و إذا اكتشف المدرب أشياء غير صحيحة يجب العمل على تغييرها.

4- مبدأ الاقتراب:

عند إعطاء التمارين و البدء بعملية التدريب لابد للجهة الأخرى، و هي جهة اللاعبين أن تتقبلها. ثم البدء بتطوير هذه التمارين. لذا يجب أن يمتاز اللاعب بالقدرة والإمكانية على استيعاب هذه التمارين و أدائها. و هنا لابد من الأخذ بالاعتبار عمر اللاعب و الجنس و الفوارق الأخرى مثل اللياقة البدنية العامة و الخاصة. و على المدرب مراعاة طبيعة التمارين. فإذا كانت صعبة و قاسية يمكن أن يولد هذا نفورا و ابتعادا عن التمرين. و بالتالي من الصعب العودة ثانية إلى التمرين. و هذا يؤدي إلى خسارة اللاعب و عدم إعطاء نتائج مرغوبة. هذا من جهة. و من جهة أخرى إذا كانت التمارين خفيفة يشعر اللاعب بقلّة أهمية التدريب. و هذا لا يمكن أن يطور المستوى و لا يعطي نتائج مرضية. و بالتالي يرى اللاعب، و خاصة إذا كان جادا، مبررا للهروب من التمرين إلى غير رجعة. لذا يجب استخدام أساليب مناسبة لكسب اللاعبين و تقريبيهم من التدريب، كي يضمن استمرارية اللاعب في التدريب و من أساليب الاقتراب هي:

أ- من المعروف إلى غير المعروف.

ب- من القريب إلى البعيد.

ج- من البسيط إلى المركب أو المعقد.

د- من العام إلى الخاص.

هذه الأساليب سوف تعطي اللاعب مجالاً للاقتراب من التدريب و الاستمرارية فيما لو تم تطبيقها بالطريقة الصحيحة.

5- مبدأ التكرار:

هذا المبدأ مهم لتطور أجزاء الجسم، من خلال عدد من التكرارات المتزايدة والمتدرجة التي تؤدي إلى الوصول لحالة ديناميكية الحركة، إضافة إلى تحسن في قوة اللاعب و سرعته و مرونته و تحمله... إلخ و التكرارات يجب أن لا تزيد عن حدها المعقول و موعدها المحدد. و هناك بعض الآثار الجانبية التي تظهر على اللاعب لابد من الانتباه إليها ممثلة في التعب العام، و هل يظهر بسرعة أو بصورة متأخرة. و هذا يعتمد على مستوى اللاعب و حجم التدريب المعطى له. و يمكن الاستفادة من التدريب عن طريق التناوب في الجهد و الراحة و الاسترخاء لفترة مناسبة. و هذا يتطلب من المدرب أن يعرف درجة الجهد المطلوب لكل نوع من أنواع التدريب، و أن يوازن بين فترات الجهد و فترات الراحة. و التكرار هنا ليس المقصود به فقط عدد تكرار التمرين الواحد، بل يقصد به أيضا عدد أيام التدريب في الأسبوع، و التكرارات المتعددة في اليوم، وتكرارات فترات الراحة القصيرة بين التكرارات. و التكرار من الملاحظات و المبادئ الهامة جدا بالنسبة للاعب و كما يقال بأن (التكرار أم المعرفة).

6- مبدأ الاستمرارية (الديمومة):

يرى هذا المبدأ بمبدأ التكرار و التنظيم و الممارسة المكررة و المنظمة للمهارة، وهي التي تقود إلى أداء بدني ثابت. و القدرات المكتسبة السريعة غالبا ما تنتهي بعد انقطاع بسيط عن التدريب، كما أن المهارة تصبح ثابتة إذا كررت باستمرار، حتى لو كان ذلك خلال فترات قصيرة من الوقت. و هناك مهارات ملقنة كلها تعرقل التحسن في الأداء. لذا يجب الابتعاد عن أسلوب التلقين في أداء المهارة. و المقصود بالتلقين هنا هو غرس الأداء في عقلية اللاعب دون أن يفهم معنى ذلك. المهم التقليد في الأداء يقود إلى عرقلة التحسن كما ذكرنا. كما لابد من الإشارة إلى أن الرياضيين المتقدمين في المستوى و أصحاب الخبرة، إذا انقطعوا عمدا عن تدريباتهم لوقت طويل يستطيعون أن يعودوا بسرعة كبيرة إلى فهم الأداء و تطبيقه أكثر بكثير من اللاعبين المبتدئين و لكن لابد من الإشارة إلى أن مبدأ الاستمرارية يعتمد أساسا على الإمكانيات الفسيولوجية لأجهزة وأعضاء اللاعب و العلاقة المتبادلة بين العمل و فترة الراحة و يجب على المدرب إدراك هذا الأمر خلال كل وحدة تدريبية على مدار العام. و من الممكن أن تحدد فترة العمل والراحة لكل لاعب على انفراد و هذا يعتمد على الظروف المحيطة باللاعب ممثلة بالفروق الفردية و العمر و الجنس و مرحلة التدريب و مستوى اللياقة عند كل لاعب. إن مبدأ الاستمرارية أو الديمومة في

التدريب سبب مباشر في تحسين و تطوير مستوى اللاعب للوصول إلى الهدف. يحتاج هذا المبدأ إلى التركيز الشديد على تعليم مهارات وحركات جديدة. وعند تطبيق مبدأ الاستمرارية يجب الالتزام بالنقاط التالية كما حددها المندلاوي:

1- إن مبدأ الاستمرارية في التمرين أو المنافسة يجب أن يسير وفق نظام دقيق بعيد عن العنف و المفاجآت.

2- يفضل تعليم عدد أقل من التمرينات و الحركات، و لكن بشكل أدق و أكمل.

3- مراقبة عمليات التدريب الرياضي بشكل منتظم وبهذه الطريقة نضع أسس الإرشادات و التوجيهات و التخطيط للمستقبل.

4- الاقتناع بالنتيجة الرياضية يقود الرياضي إلى الشعور بالمسؤولية تجاه التدريب.

على المدرب أن يشجع لاعبه بالاستمرارية على التدريب كي يصل إلى حالة الثبات و الرسوخ بالأداء إلى أن يصل إلى مرحلة المنافسات و هو في قمة عطائه.

7- مبدأ التنوع:

لاشك أن التنوع بالأداء الرياضي من العوامل الأساسية لعملية التوازن بين التكامل البدني و التكامل العقلي، و أن اكتساب الخبرة في تنوع الأداء الرياضي يؤدي إلى اكتساب صفات بدنية متنوعة أيضا، و قد ثبت أن التنوع في تمارين الرياضة الواحدة يجنب اللاعب الارتباك الفكري، و يعمل على زيادة الرغبة في التدريب. كما يؤكد هذا المبدأ على ضرورة وضع البرامج التدريبية على أساس التنوع أي التنوع في تمارين القوة مثلا أو تمارين الاسترخاء و التمارين الخاصة في الأداء الفني و التكتيكي، لما لها من فائدة نفسية و عضوية على اللاعب. كما أن اكتساب الخبرة في تنوع التمارين يؤدي إلى اكتساب صفات بدنية متنوعة أيضا. و هناك من يفرق بين التنوع و التخصص لكن من خلال التجربة وجدنا أن الاثنين فالتخصص يهدف إلى الوصول إلى إنجاز عال في سن الرشد على أساس التنوع في الأداء و التمارين.

8- مبدأ التدرج:

لا نبالغ إذا قلنا أن هذا المبدأ هو وقاية اللاعب من الاضطرابات الداخلية والإصابات التي يمكن أن تحصل له إذا ابتعد عن أسلوب التدرج بالتدريب، و أن يزداد الحمل شيئا فشيئا في تدريب كل فئة

عمرية، و حقيقة أن مبدأ التدرج مرتبط مع مبدأ التكرار في تطوير القوة مثلا أو السرعة أو التحمل... إلخ.

وإن استخدام هذا المبدأ في عملية التدريب يحتاج إلى خبرة عميقة من المدرب في وضع برامج تدريبية منظمة و متدرجة بالصعوبة في الجوانب الفنية و التكتيكية... إلخ وإذا كان المتدرب ناشئا يجب الابتعاد عن وضع الخطط المركبة له، لأنها تؤدي إلى حالة من الارتباك والفوضى خلال عملية التدريب، لأن الناشئ ما زال غير قادر على استيعاب كل ما يعطى له، و بالتالي ستكون النتائج على غير ما ينبغي أن تكون و على ما كان مخططا لها من قبل. بشكل عام نقول أن هذا المبدأ من المبادئ الهامة جدا في حياة الرياضي إذا أحسن أدائه. فالتدرج يشمل محتوى حمل التدريب ممثلا في شدته و حجمه وزمن راحته و الوسائل المستخدمة لذلك.

9- مبدأ المنفعة:

المقصود بمبدأ المنفعة هو أن كل ما يعطى للاعب أو حتى لطالب المدرسة يجب أن يكون نافعا، فدروس التربية الرياضية العملية التي تعطى لطلبة المدارس يجب أن تعود بالمنفعة عليهم. و هذا يؤدي بالتالي إلى منفعة المجتمع بشكل عام.

لكن هذا الأمر الذي لا يتم إلا إذا كانت هناك تطبيقات نظرية و عملية. في نفس الوقت يكون مبدأ المنفعة فعالا خلال عملية التدريب، إذا كان التدريب منظما و آخذا بالاعتبار العمر و مراقبة هذا على المدى البعيد، لأن التعامل مع الأداء الفني و التمارين المتنوعة تكون من العناصر الهامة التي لا بد من إتقانها لتعود بالمنفعة على اللاعب. كما أن الطرق و الوسائل التي تطبق خلال عملية التدريب لتطوير حالة معينة و تحسينها وتنظيمها يجب اختيارها بناء على مبدأ المنفعة. فوضع البرامج التدريبية الخاصة بتطوير مستوى اللاعبين و وصولهم إلى مراحل متقدمة بأدائهم الفني تعود جميعها بالمنفعة على اللاعب و على مستواه خلال مرحلة معينة. و في التدريب المخطط يجب أن يأخذ مبدأ المنفعة بالاعتبار أساليب التدريب التي تساعد الرياضيين على تحقيق أهداف قصيرة المدى و طويلة المدى.

10- مبدأ التثبيت:

المعرفة وحدها غير كافية لتثبيت الحركة في عقل اللاعب، و إنما هي تساعده. و إذا لم يستمر في التدريب عليها سهل عليه نسيانها بسرعة كبيرة، و خاصة عند الانتقال إلى أداء حركة معقدة. و كمبدأ عام إذا تم التعليم أو التدريب على الحركات البسيطة وانتقل المدرب إلى تعليم حركات معقدة، سرعان ما ينسى اللاعب الحركة بشكل عام. لذا لا بد من الاستمرارية في التمرين على الحركات البسيطة كي يصبح

أداؤها سهلاً. بعد ذلك يتم الانتقال إلى الحركة الصعبة و أحيانا يؤدي اللاعب الحركة الفنية خلال التدريب بصورة جيدة، و لكن عند المسابقة سرعان ما ينسى كل شيء له علاقة بالحركة ككل. لذلك نؤكد باستمرار على ضرورة إعادة الحركة مرارا كي تثبت في عقله كحقيقة واقعية. و عند الاستمرارية بإعادتها يجب على اللاعب أن يتخيل الحركة و يفكر بأدائها الفني ثم يبدأ بتطبيقها. لذلك نقول باستمرار أداء الحركة دون التفكير بها سيبقي الأداء الفني (التكنيكي) للحركة ناقصا، و خاصة في الفعاليات الفردية كالجمباز و ألعاب القوى.

و يتم تثبيت الحركة من خلال:

- 1- إدخال عناصر التكنيك خلال عملية التدريب و تكراره.
- 2- التدرج في زيادة حجم و شدة التمرين المعطى للاعب.
- 3- ضرورة النظر إلى مبادئ التدريب على أنها مترابطة و متكاملة.

المهم في عملية تثبيت الحركة هو اقتناع اللاعب بما يعطى له من أداء فني. وعند استبدال المدرب بمدرّب آخر يجب أن يكون هناك ربط بين ما أعطي للاعب وما سيعطى له، و إلا سيكون هناك مجال لضياح الوقت و الجهد معا.

رابعا- طرق التدريب الرياضي:

يعتمد علم التدريب الرياضي على طرائق عدة تختلف كل فعالية رياضية في طريقة تدريبها عن الأخرى طبقا لنوع الفعالية ذاتها أو إلى نظام الطاقة الملائم الذي يعمل المدرب على تطويره للارتقاء بمستوى الرياضي إلى الهدف المراد تحقيقه ، من خلال اختيار الطريقة المناسبة للعملية التدريبية وفقا لمستوى وظروف اللاعب.

تستخدم طرق التدريب لتطوير وتحسين اللياقة البدنية عند اللاعب لتحقيق انجازات رياضية متقدمة ولا نعتقد أن مدربا يمكن أن يستغني عن استخدام هذه الطرق، التي أصبحت هي الأساس في البناء والتطوير، والشئ المهم في هذه الطرق أنها تستخدم لجميع أشكال الرياضة بأنواعها المختلفة، وما على المدرب إلا أن يكون فناناً في اختيار الطريقة المناسبة للفعالية التي يمكن فيها استخدام طريقة أكثر من بقية الطرائق الأخرى.

وتعد طرائق التدريب الوسائل المختلفة التي من خلالها يمكن تنمية الحالة التدريبية للفرد الرياضي وتطويرها إلى أفضل درجة ممكنة، ويقصد بالحالة التدريبية "الحالة البدنية، والحالة المهارية، والحالة

الخطية، والحالة النفسية التي يتميز بها الفرد الرياضي، والتي يكتسبها عن طريق عمليات التدريب الرياضي المنتظمة.

وحسب رأي "أمر الله البساطي" أنها "تتمثل بالأجراء التطبيقي والمنظم للتمرينات المختارة في ضوء قيم محددة للحمل التدريبي والموجه لتحقيق هدف ما.

وأيضاً يجب معرفة المعاني الآتية حتى يسهل شرح الموضوع:

-**الحالة البدنية**: وتعني درجة تنمية الصفات البدنية الأساسية.

الحالة المهارية: وتعني تنمية وتطور المهارات الحركية الأساسية للنشاط الرياضي التخصصي.

الحالة الخطية: وهي درجة تنمية وتطوير القدرات الخطية الضرورية للمنافسات الرياضية.

الحالة النفسية: وهي تنمية وتطوير السمات الخلفية والإدارية.

بعد الاطلاع والبحث في العديد من المصادر والمراجع ذات الصلة توصلنا إلى أن أغلبها اتفقت

على أن أنواع طرق التدريب هي الآتية (1) (2) (3) (7)

1- طريقة التدريب الفتري

2- طريقة التدريب التكراري

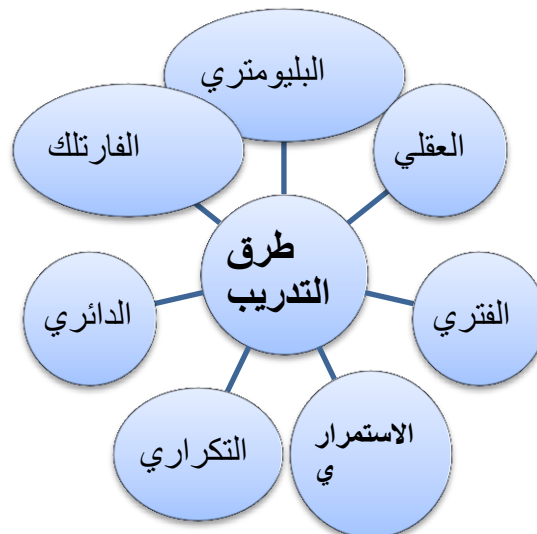
3- طريقة التدريب المستمر

4- طريقة التدريب الدائري

5- طريقة تدريب الفار تلك

6- التدريب البليومتري

7- التدريب العقلي



قائمة المراجع للمحاضرة العاشرة

- 1- مهند حسين البشتاوي واحمد إبراهيم الخواجا، 2005. مبادئ التدريب الرياضي, ط1, بيروت، دار وائل للنشر.
- 2- مفتي إبراهيم حماد، 2001. التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة, ط2, القاهرة، دار الفكر العربي.
- 3- عبد الله حسين اللامي, 2004.، الأسس العلمية للتدريب الرياضي, الطيف للطباعة.
- 4- بيتر ج. ل. تومسون، 1996. المدخل إلى نظريات التدريب، ترجمة محمد عمر الخياط الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواة،
- 5- ابو العلا احمد عبد الفتاح، 1997، التدريب الرياضي - الأسس الفسيولوجية، القاهرة، دار الفكر العربي
- 6- كمال جميل الرضي،، 2004، التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين, ط1, عمان، دائرة المطبوعات والنشر.
- 7- محمد حسن علاوي ، 1979، علم التدريب الرياضي ، ط6، القاهرة .
- 8- امرالله احمد البساطي،، 1998. أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته ، الإسكندرية، منشأة المعارف.

المحاضرة الحادية عشر :

التقويم والتنقيط (تقدير الدرجات) في التربية البدنية والرياضية المدرسية :

مدخل:

يعتبر تقدير الدرجات في التربية البدنية و الرياضية واحدة من أكثر العوامل التي تسبب مشاكل في أي وجهة من أوجه التربية وهما لا شك فيه أن الدرجة سواء رقم أو رمز تمثل للمعلم أحد أهم جوانب عمله في العملية التعليمية ، أما الطالب فأصبحت له لغز محير وقد تنوعت مقاييس التصنيف لدرجة جعلت منه شيء بلا معنى فلم يعد الرمز (A) مؤشرا للعمل الممتاز بالشيء المفهوم كما لم يعد الرمز (C) مؤشرا للعمل المتوسط مقبولا فالرمز (B) سار مؤشرا للمتوسط بينما المعلومات عن التقديرات إلى اختفاء العديد من التفسيرات الشائعة .

وكان فيما مضى إذا تلقى الطالب (المستوى B) في تدريبات التنس ضمن المتوقع أن يلعب هذا الفرد بصورة أكثر اتقاناً وأنه يعرف الكثير عن قواعد و أساليب هذه اللعبة وعلى العموم فإن نفس الرمز (B) ربما يوضح أن الطالب يحاول جاهداً ويتحسن بصورة كبيرة ويواظب على الحضور بصورة منتظمة و التقديرات الحرفية لا تعكس بالضرورة مستوى أداء التلميذ الحاصل عليه ولقد كان المنهج الإنساني للتعليم هو المسبب الحقيقي لوجود مثل هذه المشكلة ويركز هذا المنهج على الإدراك الذاتي للطالب و الإحساس بقيمة الذات على أنه لم يؤثر على تقييم ما حصل عليه الطالب بصورة دقيقة . وهناك مفهومان يساعدان على وجود مآزق الدرجات أولهما هو التعلم الفائق وثانيهما هو مفهوم تقرير الدرجات ومن الناحية التقليدية فإن الدرجات كانت و لازالت ذا مرجعية فكان الطلاب يقارنون بطلاب آخرين من نفس النوع .

ويحثوا على الشعور بأنهم في حالة منافسة مع الآخرين في التحصيل و في بعض الحالات كان يعطي الطالب الدرجة على أساس المرجعية الذاتية وكان هذا يتم بصورة صعبة وغير دقيقة لأن المعرفة بمعدل التعلم و القدرة لم تكن متاحة وكذلك فإن التعلم الفائق كان أيضا يعرف بأنه إما مهمة مرجعية أو مرجعية قياسية معيارية للتعلم وقد وضعت هذه المهام عن طريق المعلمين بل أحيانا بمشاركة الطلاب وكانت

تعكس تلك المهام متطلبات التعلم للدرس أو الوحدة و على هذا فالطالب كان يتم تقييمه على أساس مدى إنجازه في تحقيقي تلك المهمات

ويذكر **جيمس مورو**: و آخرون **James Morrow** أن المعلم في حاجة إلى تقييم وتحديد مستوى أداء الطالب سواء في المدارس العامة أو الخاصة ، وينتهي ذلك بتقديم تقدير لدرجات الطالب في نهاية الفصل أو العام الدراسي .

ووضع الدرجة بالنسبة للمعلمين المبتدئين أو ذو الخبرة الطويلة

- يمثل درجة صعوبة رغم أهمية ومسؤولية المعلم في تقدير هذه الدرجة للتعرف على مستوى الطلاب فهذا أمر مهني لا مفر منه ويعد عنصرا هاما في مجال التربية الرياضية وهناك عدة استخدامات للدرجة تشمل

* تحفيز وتوجيه عملية التعلم وخطط التوجيه و التطور (النمو) الشخصي للطلاب

*إعلام الطلبة و الآباء بمستوى الطالب

* تكثيف المعلومات المستخدمة في تحديد كلية الطلبة أو المنح الدراسية

* التعامل مع توظيفات ممكنة لحدود الطالب وقوته

-* تحديد احتياجات الطالب و اهتماماته في عملية تقييم تأثير التعلم .

1- فائدة تقدير الدرجات في التربية البدنية الرياضية :

الدرجات تعتبر ترجمة لتقويم أعمال و تحصيل الطلاب وضرورة لمعرفة مدى ما حققه الطلاب من أهداف ، و أن نظام تقدير الدرجات بالنسبة للتربية البدنية و الرياضية ضروري طالما أن المواد الدراسية تستخدم هذا الأسلوب وتتضح أهمية تقدير الدرجات في التربية البدنية بأنها ذات أهمية وفائدة لكل من التلميذ ، المعلم ن الآباء ، الإدارة المدرسية .

أولا : الطلاب :

الدرجات مفيدة للطلاب فهي توضح موقعه من المجموعة فيما يتعلق بالأهداف الموضوعية وربما مثلث موقعه فيما يتعلق بالمستوى الأعلى الذي تم تحديده سابقا وأيضا ربما ساعده على تحفيز الطالب على بذل المزيد من الجهد ن فهي تؤثر على موقف و اتجاه الطالب ناحية التربية الرياضية ، فالدرجات تقوم أساسا على مدى انجاز الطالب تجاه أغراض موضوعة ن وحيث أن الدرجات نفسها ملموسة أكثر من الأهداف التي تحققها فهي تصير نهايات الطالب أكثر منها وسائل ، و الدرجات تعد هي الغرض الأول

الذي يسعى الطالب إليه ، وعلى كل يجب أن يكون الطالب أكثر اهتماما بدرجة تقدمه تجاه الأهداف كما النواحي التي تمثلها

ثانيا : الآباء

يمكن الآباء من متابعة تقدم إنجاز أبنائهم ومن الممكن أن يخير الآباء بأغراض التربية الرياضية و من ثم يزودوا حقائق عن تقدم أبنائهم في الوصول إلى الأهداف أضف إلى ذلك أن يوضح للآباء حالة الأبناء كما أن الدرجات تعمل أيضا كوسيلة لإخبار الإباء عن أهداف و أغراض التربية الرياضية وربما تعمل الدرجات على إيجاد رابطة قوية بين الآباء و المدرسة فالآباء سوف يهتموا بالتقرير الذي يوضح مدى تقدم الطالب في التربية الرياضية إذا كان هذا التقرير يقدم صورة صادقة عن موقف الطالب

ثالثا المعلم :

يتخذ المعلم من نظام تقدير الدرجات وسيلة لترجمة تقييم أعمال الطلاب ومدى تحصيلهم ن وكذلك تعتبر الدرجات مرشدا للمعلم في عملية توجيه الطلاب فقد تكون الدرجة سببا في أن يعيد المعلم النظر في طريقة التدريس أو في تعديلها أو ربما تغييرها ن كذلك تساعد المعلم على تقسيم وتصنيف الطلاب إلى مجموعات متجانسة يمكن التعامل معها

رابعا : الإدارة :

صارت الدرجات في غاية الأهمية بالنسبة للإدارة المدرسية فإن المسؤولية التعليمية أو القرارات الإدارية تتبع من تقارير تفسر أداء الطالب وتستخدم الدرجات كأساس هام للتدرج و الترقى و الإرشاد ولا بد من اعتبار الدرجات في التربية الرياضية على أنها ملازمة للطلاب فهي تمثل مقدار تقدم الطالب و انجازه فالدرجات هي جزء لا يتجزأ من التقارير الدائمة للمدرسة و أنواع الدرجات تعتمد على شخصية المعلم وفلسفة المدرسة فا إذا كان الهدف الوحيد للمعلم هو النمو الجسماني فقط فسوف تقوم الدرجات على المهارات و القدرات الجسمانية أما إذا كان هدف المعلم هو نمو الفرد من خلال التربية الرياضية فسوف تقوم الدرجات على معرفة ،بالإضافة إلى المهارات و القدرات الجسمانية و الفهم و التطبيق و إن نسبة كبيرة من الدرجات تبني على اختبارات موضوعية تقيس المهارات المكتسبة و اللياقة المتنامية و المعرفة المتعلمة .

2- أهداف تقدير الدرجات في التربية البدنية والرياضية :

إن قيمة الدرجات كحوافز في مجال التربية البدنية والرياضية موضوعية ،و أن وضع الدرجات وظيفية المدرسة الحالية ويجب أن تتم بطريقة صحيحة ويحدد والتر **Walter** أغراض الدرجات في التربية البدنية والرياضية فيما يلي :

* الدرجات تخدم الطالب بإخباره عن مستواه في الأداء كما وكيفا

* الدرجات كحافز لمجهود أكبر و أساسي للتوجيه

* الدرجات أساسية لكل من الآباء و الإدارة المدرسية للإفادة في عماليات التنحية و التطوير و

التحسين

* توضع الدرجة عادة لبيان تفوق الطالب أو تخلفه النسبي وهي سجلات ثابتة ويشير أيضا بان الدرجات لابد و أن تكون صادقة في تمثيلها كما وكيف الأداء الطالب و أن تكون دقيقة وموضوعية فيما توضع من أجله فلا بد أن توضع وتعطي طبقا لنظام محدد وفقا لمستويات محددة ومن لأهمية توفير هذه المستويات ، كذلك لابد من وجود مقياس لأداء الصفات المرغوبة في السلوك والمواظبة و المستوى المهاري و البدني بطريقة مقننة ،وبطريقة مجتمعة غير منفصلة لتعكس ن الداء الحقيقي لمستوى الطلاب .

تحديد نصر رضوان وكمال عبد الحميد أغراض وضع الدرجات في التربية الرياضية فيما يلي :

* تنشيط التلميذ وزيادة حماسية

* تزويد ولي الأمر و القائمين على العملية التعليمية بالمعلومات اللازمة في حالة الطالب

* تقويم أغراض المدرسة

* تقويم النمو و التحصيل

* تقويم القدرة على التعلم

* إظهار مدى تقدم الطالب في مجالات خاصة .

3- التنقيط وفق منهاج التربية البدنية والرياضية للمرحلة المتوسطة(مثالا)

يساير التقويم التربوي المسار التعليمي ويستهدف كل مراحل التعلم التي ترمي إلى تنمية الكفاءات التي تمكن التلميذ من التصرف والتكيف مع الطرح العلمي ومستجدا ته في أن واحد يشمل التقويم كل من التلميذ ، إستراتيجية التعلم والكفاءة وهذا من خلال النتائج المتمثلة في السلوكات المنبثقة عن عملية التعلم.

يشمل التقويم التربوي:

1. تقييم الكفاءة خلال مراحل التعلم (التكوين).

2. تقدير النتائج التحصيلية والتصرفية للتلاميذ (التنقيط)

-3-1- تقييم الكفاءة :

لاحظ الجدول رقم 01. الذي يبين طرق التقييم والمغزى منها.

جدول رقم 01. يبين طرق التقييم حسب المنهاج والمغزى منها

الهدف منه	نوع التقييم	المغزى منه	طريقة التقييم
معرفة المستوى الأول بواسطة الكشف الذي يأتي في بداية التعلم	التقييم التشخيصي له دور إعلامي	المؤشرات المناسبة	تحديد المؤشرات التي لها علاقة بالكفاءة المستهدفة وتوزيعها على مراحل التعلم للحكم على نجا عنها.
يساير عملية التعلم الفعلي في الميدان ويرمي الى التسوية والمعالجة من اجل تقويم عملية التعلم. ويكون خلال عملية التعلم.	التقييم التكويني اعتمادا كعنصر أساسيا لعمليات التعلم لو دور تكويني	إجراء أهداف التعلم من خلال العمل والتدرج واستثمار المعارف والمؤهلات	<ul style="list-style-type: none"> • تقييم الفعل السلوكي خلال مراحل التعلم . • تقييم الانسجام والتجانس بين الأفعال السلوكية • تقييم كيفية انجاز الأفعال السلوكية في سياقها الممتد في الزمان والمكان • (وفقا لظروف الانجاز وشروط النجاح). • تقييم مدى اختيار المهارات والمعرف المولية للأفعال السلوكية (المؤهلات والمكتسبات).
يمكننا من مقارنة المستوى الأولى بالنهاي يؤكد صحة عملية التعلم.	التقييم التحصيلي له دور استنتاجي	مدى التوصل إلى تحقيق الكفاءة المنتظرة	تقييم السلوك النهائي المنتظر في نهاية مرحلة التعلم

3-2 تقدير التلاميذ (كيفية استخراج النقطة).

العلامة التحصيلية (08) نقاط + العلامة التصرفية (12) نقطة = العلامة
20/

أولاً : كيفية استخراج العلامة التصرفية :

وتتمثل في تقدير سلوكيات التلميذ أثناء الانجاز ، انطلاقاً من أربع مستويات متدرجة في الصعوبة

تميزها مؤشرات تسمح بتقدير مكتسبات التلميذ وتصنيفه ضمن واحد من هذه المستويات

جدول رقم 02. يمثل نموذج خاص بالنشاطات الفردية .

المستوى	السلوكيات المميزة			القيمة	التقدير
الأول	القيام بحركات لا علاقة لها بالنشاط			01 02 03	
الثاني	تنفيذ بعض الحركات الخاصة بالنشاط من دون انسجام			04 05 06	
الثالث	القيام بمعظم الحركات الخاصة بالنشاط بانسجام نسبي فيما بينها			07 08 09	08
الرابع	القيام بكل الحركات الخاصة بالنشاط بصفة صحيحة ومنسجمة			10 11 12	
				12/08	العلامة التصرفية

ملاحظة : المستوى الخامس في النشاطات الجماعية والجمباز الأرضي (الذي يضاف إلى هذا

السلم) يعبر عن مدى نجاعة تحقيق العناصر الفنية الخاصة بالنشاط نفسه (النجاح التقني) ويمثل

الجانب التحصيلي ويقدر بـ(08)علامات.

جدول رقم 03. يبين نموذج خاص بالنشاطات الجماعية والجمباز .

المستوى	السلوكات المميزة	القيمة	التقدير
الأول	القيام بحركات لا علاقة لها بالنشاط	01 02 03	
الثاني	تنفيذ بعض الحركات الخاصة بالنشاط من دون انسجام	04 05 06	
الثالث	القيام بمعظم الحركات الخاصة بالنشاط بانسجام نسبي فيما بينها	07 08 09	
الرابع	القيام بكل الحركات الخاصة بالنشاط بصفة صحيحة ومنسجمة	10 11 12	
المستوى الخامس التحصيلي	مدى نجاعة المهارات الفنية في النشاطات الجماعية والنشاطات الجمبازية (نجاح فني)	من 01..الى 08..	05
العلامة النهائية في النشاطات الجماعية أو الجمباز			$20/14=08/05+12/09$

الوثب الطويل	الوثب العالي	دفع الجلة			السباقات الطويلة			سباقات التناوب		السباقات السريعة			العلامة ↓
		4كغ	3كغ	2كغ	1200م	1000م	600م	80×4م	60×4م	80م	60م	40م	
													08
<p>نقترح هذه الطريقة المتمثلة في سلم التنقيط الذي يكون من انجاز الأستاذ نفسه بعدما تتم عملية التشخيص.</p> <p>يجب الاعتماد على طريقة استخراج النقطة وفقا (المقياس مجال الفوارق)</p> <p>ارجع للدليل لإدراك الكيفية ECART TYPE</p> <p>كما يمكن إضافة اختصاصات أخرى يراها الأستاذ ممكنة .</p>													07
													06
													05
													04
													03
													02
													01

شكل بياني رقم 03 يوضح كيفية استخراج العلامة التحصيلية في نشاطات العاب القوى للذكور

الوثب الطويل	الوثب العالي	دفع الجلة			السباقات الطويلة			سباقات التناوب		السباقات السريعة			العلامة ↓
		3 كلغ	2 كلغ	1 كلغ	1000 متر	800 متر	400 متر	80×4 متر	60×4 متر	80 متر	60 متر	40 متر	
													08
<p>نقترح هذه الطريقة المتمثلة في سلم التنقيط الذي يكون من انجاز الأستاذ نفسه بعدما تتم عملية التشخيص.</p> <p>يجب الاعتماد على طريقة استخراج النقطة وفقا (المقياس مجال الفوارق) ارجع للدليل لإدراك الكيفية ECART TYPE كما يمكن إضافة اختصاصات أخرى يراها الأستاذ ممكنة .</p>													07
													06
													05
													04
													03
													02
													01

شكل بياني رقم 04 يوضح كيفية استخراج العلامة التحصيلية في نشاطات ألعاب القوى للإناث.

ثانيا: الجانب التصرفي

نموذج مرجعي : يساعد في انجاز " بطاقة تقييميه خاصة بالجانب التصرفي مفاده السلوكيات المميزة للصناعة المعمول بها في تدريس المادة .

أ الجانب النفس حركي

المستوى	السلوكيات المميزة
الأول	استعمال حركات لا علاقة لها بالنشاط.
الثاني	استعمال حركات قليلة خاصة بالنشاط لكنها غير منسجمة.
الثالث	استعمال معظم الحركات الخاصة بالنشاط بشكل منسجم نسبيا.
الرابع	استعمال كل الحركات المناسبة للنشاط بصفة صحيحة ومنسجمة.
ب الجانب المعرفي	
المستوى	السلوكيات المميزة
الأول	مشاركة بعد تردد كبير (بعيد عن فهم مغزى الحركة أو الخطة أو اللعبة والقوانين).
الثاني	عدم استثمار المكتسبات ، مشاركة عفوية دون إدراك النتيجة المنتظرة.
الثالث	توظيف المكتسبات بطريقة سليمة وفهم قوانين النشاط
الرابع	معرفة جيدة لمدلول الحركات والقوانين ، الخاصة بالنشاط.
ج الجانب الوجداني	
المستوى	السلوكيات المميزة
الأول	أنانية ارتجال عدم التحكم في الانفعالات التي تسبب الإخفاق (انعدام الرغبة).
الثاني	الرغبة في العمل مع احتكار اللعب والأدوار المسندة .
الثالث	الرغبة في التعاون والتشجيع وعدم التخوف والارتباك خلال المواجهة .
الرابع	لعب ادوار نشيطة فرديا ولقائدة الجماعة والرغبة في التضامن والتعاون.

شكل توضيحي رقم 05 يمثل بطاقة تقييمه خاصة بالجانب التصرفي مفاده السلوكيات المميزة للصفحة المعمول بها في تدريس المادة

قائمة المراجع لمحاضرة الحادية عشر:

- 1- كمال عبد الحميد إسماعيل ، محمد نصر الدين رضوان 1985.، مقدمة التقويم في التربية الرياضية ، ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 2- س م لندفل، 1969. أساليب الاختبار والتقويم في التربية والتعليم ، ترجمة عبد الملك الكاشف ، سعيد التل ، المؤسسة الوطنية للطباعة والنشر ، بيروت
- 3- منهاج التربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم المتوسط، (الوثيقة المرافقة) ، وزارة التربية الوطنية ، 2004