

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة : زيان عاشور

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

**قسم:النشاط البدني الرياضي التربوي**

المستوى : السنة الثانية ل م د

السداسي الثاني 2020/2019

**مقياس الأعمال التطبيقية**

**البيداغوجيا التطبيقية 2**

**عنوان الوحدة : الوحدة الأساسية**

**اهداف التعليم :**

- ❖ القواعد الأساسية و المعارف النظرية و التطبيقية المرتبطة بالتخصص
- ❖ الرفع من المستوى البيداغوجي و التقني و الخططي للطلاب في التخصص

**التواصل**

الأستاذ : د/ سعيدي مصطفى

البريد الإلكتروني : [saidi.mustapha.17@gmail.com](mailto:saidi.mustapha.17@gmail.com)

السنة الجامعية : 2020/2019

## مقياس الأعمال التطبيقية البيداغوجيا التطبيقية 2

### ملاحظة:

المطلوب من الطلبة إختيار هدف خاص و انجاز وحدة تعليمية باستعمال نموذج الوحدة التعليمية ( المدرجة في الأسفل ):  
وارسالها عبر البريد الإلكتروني للأستاذ

من خلال معرفتك المسبقة ل:  
مراحل حصّة التربية البدنية  
التخطيط لوحدة تعليمية (اسس بناء تطبيق وحدة تعليمية)  
مجالات الاهداف لتربية البدنية والرياضية  
النموذج المعتمد في انجاز وحدة تعليمية

### و المتمثلة في

حصّة التربية البدنية و الرياضية

محتوى حصّة التربية البدنية و الرياضية:

تنقسم حصّة التربية البدنية و الرياضية إلى ما يلي:

#### الجزء التمهيدي:

ويتضمن هذا الجزء ما يلي:

أولاً- الأعمال الادارية: و تتمثل فيما يلي:

- ✓ اصطحاب الأستاذ للمتعلمين إلى المكان المخصص لدرس التربية البدنية و الرياضية.
- ✓ قيام المتعلمين بتغيير الملابس و لبس اللباس الرياضي .
- ✓ التشكيل وأخذ غياب المتعلمين من خلال نداء الأستاذ على أسماء المتعلمين على أن يتم ذلك في جو منظم لتوفير الوقت
- شرح هدف الحصّة
- التحية الرياضية .
- ثانيا- الإحماء:

- ويتمثل فيما يلي:
- : الإحماء العام : الذي يتمثل في التمرينات والألعاب بقصد تهيئة أجهزة الجسم المختلفة والعضلات والمفاصل وتهيئة التلميذ من الناحية النفسية والمعنوية،
- أما الإحماء الخاص: فهو يخدم الأجزاء التي ستشارك في القسم الرئيسي بصورة كاملة وتدخل التمرينات الخاصة بكل نوع من الرياضات على حدة
- **ويتمثل الغرض من الإحماء فيما يلي:**
- يجب أن يتناسب مع نوع النشاط الممارس بالدرس.
- تنشيط الجهاز العصبي فيقوم بتوجيه الأجزاء الحيوية في الجسم للقيام بالعمل.
- إعداد المتعلمين من الناحية الفسيولوجية استعدادا لاستقبال الحمل في الفترات الأساسية في الدرس.
- يساعد على تجنب المتعلمين الإصابات التي ربما تنتج من الدرس أثناء أداء المهارات المختلفة.
- إعداد المتعلمين من الناحية النفسية لتقبل باقي الدرس في سعادة و مرح مع ضمان تركيز المتعلمين في باقي محتويات الدرس.
- **الجزء الرئيسي:** - المرحلة التكوينية
- يتضمن هذا الجزء الأمور الأساسية لبناء الصفات المطلوبة وكذلك بناء المهارات الرياضية الأساسية للوحدة التعليمية، ويتكون من نشاط تعليمي ونشاط تطبيقي، وهما مهمان جدا، وبذلك يمثلان أكبر جزء من الدرس .
- كما يتضمن الجزء الرئيسي الأمور الأساسية لبناء المهارات الرياضية للألعاب المنظمة كالحقة والرشاقة، وهو يعتمد على ثلاثة نقاط أساسية هي: الشرح، العرض والتنفيذ. أي النشاط التعليمي والنشاط التطبيقي.
- **النشاط التعليمي**
- النشاط التعليمي من الجزء الرئيسي هو النواة التي يبني عليها الدرس كله، وهو صلب الخطة العامة والهدف التعليمي للدرس، يتعلم فيه التلاميذ مهارات جديدة يقوم الأستاذ بشرحها لهم لفظيا لتوضيح أهميتها ثم عمل نموذج يقوم به، أو يختار أحد التلاميذ لتأديته تحت إشرافه.
- **النشاط التطبيقي**
- أما النشاط التطبيقي من الجزء الرئيسي فهو أحب لنفوس التلاميذ وله قيمة تربوية، حيث ينمي روح الجماعة ويعود التلاميذ على أمور القيادة وفيه يقوم التلاميذ بتطبيق المهارات السابقة التي تعلموها في النشاط التعليمي، وذلك مثلا بتنظيم منافسات بين المجموعات.
- 
- **الجزء الختامي:**
- يتم في هذا الجزء ما يلي:

- يهدف هذا القسم إلى تهيئة أجهزة الجسم الداخلية وإعادتها بقدر الإمكان إلى ما كانت عليه سابقا ويتضمن هذا الجزء تمارينات التهيئة بأنواعها كتمارينات التنفس، والاسترخاء والألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ
- ثم يتم في هذا الجزء نوع من أنواع تقويم الحصة، والتعزيز هنا له دور فعال ومهم جدا، حيث يذكر الأستاذ ما جناه التلاميذ من نتائج مختلفة حول الدرس فيمدح وينبه ويشجع ويوضح بعض النقائص، وهكذا أيضا يتم جمع الأدوات والأجهزة وتنظيمها وخبزها في أماكنها

## التخطيط لوحدة تعليمية

### الخطة الأسبوعية ( اليومية ) الوحدة التعليمية

- تبرمج الوحدات التعليمية انطلاقا من الهدف الخاص ومحتواه التعليمي النابع من نوع النشاط.
- ولإنجاز وحدة تعليمية يجب ان يكون الاستاذ على علم بـ:
- الشروط الأساسية لإنجاز وحدة تعليمية المتمثلة في :
- تكون مشتقة من الوحدة التعليمية الموالية للنشاط المبرمج.
  - تستجيب لهدف تعليمي ينجزه الأستاذ بعد عملية التشخيص.
  - تستجيب لتخطيط الاستاذ ومنهجيته في العمل
  - تستدعي إستعمال وسائل عمل حسب الإمكانيات المتاحة وتناسب طبيعة التعلم .
  - تستدعي الملاحظة المباشرة كمقياس لعملية التقييم التكويني واستدراك النقائص .
  - تستدعي الإنجاز الفعلي فوق الميدان دون تأويل أي نتيجة منتظرة.
  - تستدعي إختيار حالات تعليمية تناسب الفعل السلوكي المترقب من التلميذ في تأدية مهمة معينة .
  - تستدعي ترتيب العمل في الزمان و المكان إستجابة للتطور المهاري والسلوكي للتلميذ .
  - تستدعي ترتيب عمل التلميذ وجهده طبقا لمقاييس العمل / راحة / إسترجاع .

### أسس بناء وتطبيق وحدة تعليمية

#### جانب التحضير .

- انطلاقا من الوحدة التعليمية ، استخراج الهدف الخاص.
- تحليل الهدف الخاص (الخاص بالحصة) ، وتحديد مبادئه الإجرائية.
- تحديد المحتوى ( الوضعيات التي تحقق الهدف بنسبة أكبر)
- مع مراعاة مستوى التلاميذ ، الوسائل ، طبيعة الجو ....
- تحديد صيغة سيرورة التعلم ( بورشات ، أفواج ، فردي الخ (...).

. تحديد مدّة الممارسة للوضعيات.

. تحديد المهام والأدوار التي يقوم بها المتعلّمون.

. توقّع الحلول للصعوبات التي تواجه المتعلّم .

### جانب التطبيق

المبادئ المسيّرة للدرس :

بعد تحضير وإعداد وحدة تعليمية يتحوّل دور الأستاذ إلى تنشيط القسم

وتسيير مراحل الدرس ميدانيا ، وهذا يستوجب تطبيق مبادئ :

. يشرح ، يوضّح حركيا بنفسه أو عن طريق تلميذ .

. يعلن عن بداية ونهاية العمل ، بواسطة إشارات مفهومة .

. يصحّح فرديا وجماعيا ويقوم أعمال التلاميذ .

. يوجّه ويعدّل التعلّمات .

. يثير ، يشوّق ، يشجّع ، يطمئن ، يساعد التلاميذ .

### المبادئ المتعلقة بالتسخين :

يعتبر التسخين إحدى المراحل الهامة في حصّة التربية البدنية ، حيث أنّه

يضمن للجسم تحمّل شدة المجهود التي يتطلّبها مضمون الحصّة .

ولذا فعلى الأستاذ أن يسهر على :

- مبدأ تدرّج صعوبة التمارين والحركات .

- تكييف مدّة العمل واختيار التمارين حسب طبيعة النشاط والحالة الجوية .

- احترام مبدأ العمل والراحة .

### المبادئ المتعلقة بمرحلة التعلم ( بالجزء الرئيسي ):

من المعلوم وأنّ الجزء الرئيسي من الحصّة يضمن تحقيق الهدف المسطرّ

ولذا فمساهمة الأستاذ كبيرة في هذه المرحلة من حيث :

. اقتراح المضامين في صيغة إشكاليات .

. تنشيط أفواج العمل .

. مراقبة المتعلّمين لإيجاد الحلول المناسبة ، وهذا عن طريق :

### التدخلات الشفوية :

\*الشرح الموجز ، المبسّط والمفهوم .

\*تقديم التوجيهات في الوقت المناسب .

\*استعمال صوت مسموع وواضح .

### التدخلات العملية ( الحركية ) :

. استعمال إشارات وحركات واضحة وصحيحة ( باليدين ، بالجسم كآلة بالأداة المستخدمة)

. استعمال إشارات مركبة ( بين الصوت والحركة ) .

. التنقل بين الورشات ومراقبة الأعمال .

. التصحيح الفردي أثناء الممارسة .

. توقيف العمل لإعادة الشرح أو للتصحيح الجماعي .

. اقتراح بعض الحلول ، وتزويد التلاميذ بمعطيات إضافية إذا اقتضت الضرورة .

### المبادئ المتعلقة بالتقويم (الرجوع للهدوء) :

كثيرا ما تهمل هذه المرحلة ، والمؤكد أنها :

- فترة تقويم لأعمال التلاميذ خلال مرحلة التعلم .
- قد تكون بتمارين هادئة وبحوصلة ما جاء في الحصّة .
- تعلن فيها النتائج إن كانت هناك منافسة .
- تحضّر فيها الحصّة القادمة .

### مواصفات الأهداف الإجرائية لحصة التربية البدنية والرياضية:

عند وضع الأهداف الإجرائية (أهداف حصة التربية البدنية والرياضية) في خطة الدرس، هناك

مواصفات لابد لمدرس التربية الرياضية أن يعرف كيف تصاغ الأهداف الإجرائية حيث لا بد من مراعاة

ما يلي:

- ✓ أن يكون الهدف الإجرائي مناسبا لقدرات التلاميذ.
- ✓ أن يكون الهدف الإجرائي قابلاً للقياس.
- ✓ أن يشير الهدف الإجرائي إلى ما ينتظر أن يحققه التلميذ.
- ✓ أن يشمل وصف الهدف الإجرائي المجالات الثلاثة (المعرفية، الوجدانية، النفسية حركية).
- ✓ أن يصاغ الهدف بصيغة الفعل المضارع.
- ✓ أن يشتق من الأهداف التربوية المرحلية العامة.

## مجالات الاهداف للتربية البدنية والرياضية

### أهداف المجال الحسي الحركي

تساهم التربية البدنية والرياضية عن طريق اللعب والتمارين الرياضية بشكل فعال في تطوير المهارات والقدرات الحركية والقدرات البدنية في التعليم، والأهداف المراد تحقيقها خلال هذه المرحلة يمكن حصرها فيما يلي:

- يدرك جسمه جيدا ويتحكم فيه ويتعلم تدريجيا حركات متزايدة الصعوبة والتعقيد.
- يدرك وضع جسمه في الهواء ويسيطر على حركاته.
- ينتقل من وضعية حركية جديدة ومنسقة تتلاءم مع جسمه والمحيط وفي كل الوضعيات.
- يتحكم في توزيع الجهد في مختلف الوضعيات ويناوب بين فترات العمل والراحة
- يتطور من القدرات الحسية البصرية أو السمعية.
- ينمي من القدرات رد الفعل والتصور الذهني والحركي.
- يتقن مهارات التعامل مع الأداة وعناصرها.
- يتحكم في الحركات الانتقالية البسيطة والمركبة مثل الجري. الوثب. مهارات الرمي والقذف.

### اهداف المجال الاجتماعي العاطفي

تتميز مادة التربية البدنية والرياضية عن باقي التعليمية الأخرى والعلاقات الديناميكية المبنية على التعاون والتفاهم والمنافسة التربوية، والمجال الاجتماعي العاطفي له نفس الأهمية والقيمة التي تعطي للمجال الحسي الحركي وذلك لضمان اندماج اجتماعي جيد للتلاميذ.

لذلك يجب فتح المجال وإعطاء الفرصة لاتخاذ المواقف والتعبير عن رغباته ومساعدته على اكتساب القدرات التالية

- يكون اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي.
- يندمج بسرعة في فعاليات النشاط وبيذل مجهود متواصل قصد الحصول على نتائج جيدة.
- يعمل على تماسك الجماعة ويؤثر عليها لتحقيق هدف مشترك.
- يقدر على استعمال قدراته وإمكاناته عن طريق معرفة الذات والاعتماد والثقة بالنفس.
- يحب ويمجد الحياة الجماعية في إطار المعايير الاجتماعية المقبولة ويتعامل معها وقواعد اللعبة.
- يشارك مع الزملاء بحماس وفعالية.
- يتقمص مختلف الأدوار. يلعب دور المهاجم أو المدافع أو الحكم. نقل الأجهزة والادوات الخاصة بعد ممارسة أوجه النشاط البدني الرياضي.
- يهتم بالمظهر الخارجي وذلك بنظافة الجسم والملابس.
- يعبر عن انفعالاته بطريقة ايجابية كالفرح والسرور ويتحكم في انفعالاته السلبية كتقبل الهزيمة

والسلوكات العدوانية تجاه الآخرين.

يتنافس مع الزملاء لتحقيق أحسن نتيجة ممكنة دون الخروج عن قوانين وقواعد اللعبة.

### أهداف المجال المعرفي:

ان اكتساب التلميذ معلومات ومعارف نظريه حول النشاط المبرمج.يساعد على الممارسة الرياضية الصحيحة مما يسهم في ارتفاع مستوى الأداء المهاري وتحسين القدرات الإدراكية والتفكير التكتيكي وينتظر من التلميذ ان يصل إلى تحقيق الأهداف المعرفية الآتية:

-يعرف المادة وأهدافها وفوائدها

-يعرف قوانين الألعاب والأنشطة التي يمارسها بصفة عامة والتعديلات التي طرأت عليها.

-يعرف تاريخ اللعبة وأبطالها الوطنيين والدوليين.

-يعرف الصفات والقدرات البدنية لكل نشاط.

-يعرف النواحي الفنية والمهارات الحركية وخطط اللعب الدفاعية والهجومية للنشاط الممارس.

-يعرف تأثير النشاط البدني الرياضي على الجسم وعلى الصحة العامة والمظهر الخارجي.

أما الأهداف التي تتحقق في حصة دراسية واحدة أو عدد قليل من الحصص فيطلق عليها بالأهداف الإجرائية.

ومن أمثلة الأهداف الإجرائية المرحلية التي تستنبط من الأهداف العامة للتربية الرياضية ما يلي:

✓ أن يؤد التلميذ حركات يستخدم فيها جانب واحد من الجسم.

✓ أن يتعرف التلميذ على أجزاء جسمه.

✓ أن يتحرك في مكان محدد.

✓ أن يمشي في اتجاهات مختلفة.

✓ أن يرمي ويلقف أشياء مختلفة الأوزان.

✓ أن يشرح النقاط الفنية المرتبطة بالعدو والجري.

✓ أن يقارن ويميز الفرق بين النقاط الفنية في المشي والجري.

ويمكننا أن نقول أن أهداف حصة التربية البدنية والرياضية هي تلك الأهداف العملية المعبر عنها

بأفعال حركية قابلة للقياس التي يقوم بصياغتها أستاذ التربية البدنية والرياضية بهدف تحقيق

الأهداف العامة للمناهج التربية البدنية والرياضية باستخدام مختلف الأنشطة والتمارين

الرياضية.



## وحدة تعليمية

المؤسسة:..... التاريخ:.....

الأستاذ:..... المستوى:.....

مذكرة رقم:.....

هدف النشاط - ادراج هدف خاص.....

مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الإنجاز	معيار النجاح
مرحلة التحضير	وضع هدف عملي معبر بأفعال حركية (الجري حول الملعب)	توضيح المهمة (وضعية التلميذ في الإشكالية)	وضع كيفية إنجاز تمارين على شكل ورشات تعبر على مواقف تعليمية	التركيز على عنصر يوضح نجاح المهمة (مقياس نجاح الإشكالية)
المرحلة الرئيسية	وضع الأهداف الإجرائية الموجودة في الوحدة التعليمية ودائماً معبرة بأفعال حركية	توضيح المهمة المطالب بإنجازها التلميذ. وتوزيعها على ورشات العمل مع تغيير الطرق والوسائل البيداغوجية التي تناسب المهام	تجزأ المهمة عبر ورشات عمل ذات قواسم مشتركة تخدم في مجملها العام شروط إنجاز المهمة وجود موقفين - موقف تعليمي على شكل ورشات - موقف تطبيقي على شكل منافسة.	التأكيد على ضبط مقياس يبين نجاح المهمة في كل موقف بحيث يسمح للتلميذ تنمية الكفاءة المنتظرة
مرحلة التقييم	التأكيد على الاسترجاع الشبه التام	ضبط طريقة التقييم	استعمال لغة الحوار بتبادل الآراء بين قطبي العملية التعليمية	مدى نجاح الحصّة

الأستاذ

## وحدة تعليمية (نموذج)

التاريخ:.....

المؤسسة:.....

المستوى:.....

الأستاذ:.....

مذكرة رقم:.....

هدف النشاط ادراج هدف خاص.....

معايير النجاح	مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعية التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح
	مرحلة التحضير				
	المرحلة الرئيسية				
	مرحلة التقييم				

الأستاذ

## مفاهيم لمصطلحات الوحدة التعليمية.

### الهدف الخاص:

هو الهدف التعليمي الموجود في الوحدة التعليمية (الحصّة) أي هدف الحصّة ويجزأ بدوره إلى أهداف إجرائية.

### الهدف الإجرائي:

هو هدف عملي معبر بأفعال حركية قابلة للقياس (الملاحظة والتقييم) ويكون في وضعيات التعلم مناسبة ويمكن من خلالها على شكل انجاز ومدى تحقيقها في الوحدة التعليمية، مثال أن يؤدي التلميذ التمريرة في مسار مستقيم على مستوى الصدر (في نشاط كرة اليد).

### وضعيات التعلم (الحصّة):

وهي توضح المهمة المطالب التلميذ بإنجازها وتوزيعها على ورشات عمل تخدم نفس الحالة التعليمية في المواقف التعليمية

مثال في نشاط كرة السلة وضع التلاميذ في حالة انتقال من الدفاع إلى الهجوم باستعمال التمرير والتنظيط والجري:

### ظروف الإنجاز: الموجودة في الوحدة التعليمية (المذكورة اليومية).

توضع على شكل ورشات تعبر على مواقف تعليمية (بحيث يسمح للتلميذ أن يتعلم ما يطلبه منه الأستاذ الذي بدوره يدرج الوسائل البيداغوجية المساعدة مع توزيع وترتيب الشدة والحجم مع كيفية ظروف الإنجاز الموجودة في الوحدة التعليمية (الحصّة).

مثال يصف التلاميذ على شكل قاطرات متقابلة بحيث يكون الأداء بالتداول مع ضبط شدة

العمل (التكرار) مع تحديد وضعية الإشكال حسب خصوصيات كل نشاط .

### معايير النجاح (الوحدة التعليمية):

وهو سلوك الواجب تحقيقه خلال كل المواقف التعليمية المناسبة لوضعيات إشكالية وهي مقياس لتأكيد صحة العمل ونجاح المهمة المطالب بها التلميذ

مثال:- تحقيق التكيف الدوري التنفسي في مرحلة التسخين.

- يحدد معيار النجاح لكل نشاط جماعي على حدى حسب أولويات الأداء المهاري السليم.

### الأهداف الخاصة (الوحدة التعليمية : الجري السريع)

**الكفاءة القاعدية:** تجنيد الطاقة اللازمة (هوائية، لا هوائية) لبذل مجهود يضمن مشاركة إيجابية وأداء ذو صبغة جمالية.  
**الهدف التعليمي:** اكتساب أكبر سرعة ممكنة والمحافظة عليها لقطع مسافة معينة

الأهداف الخاصة	
تقويم تشخيصي	لا ينجز
02	- القدرة على رد فعل سريع لمختلف المنبهات .
03	- القدرة على أداء المراحل القانونية للانطلاق الصحيحة .
04	- القدرة على التنسيق بين حركة الرجلين والذراعين أثناء الجري .
05	- القدرة على الجري في خط مستقيم داخل الرواق .
06	- القدرة على التحكم في تردد الخطوات واتزانها واتساعها أثناء الجري .
07	- القدرة على كيفية إنهاء السباق عن طريق الدخول بالرأس .
08	- تقويم تحصيلي
	لا ينجز

### الأهداف الخاصة (الوحدة التعليمية : الكرة الطائرة )

**الكفاءة القاعدية:** تجنيد الطاقة اللازمة (هوائية، لا هوائية) لبذل مجهود يضمن مشاركة إيجابية وأداء ذو صبغة جمالية.

**الهدف التعليمي:** استثمار الفضاءات الحرة بانتظام للقيام بهجوم جماعي أو فردي سريع

الأهداف الخاصة	
تقويم تشخيصي	لا ينجز
02	- القدرة على تبادل الكرة بين الزملاء على شكل لمسات من خلال مهارة تمرير الكرة
03	- القدرة على تبادل الكرة على شكل لمسات من خلال استقبال الكرة
04	- القدرة على تبادل الكرة بين الزملاء على شكل لمسات من خلال مهارة لمس الكرة T.B.
05	- القدرة على أداء الارسال مع التعامل الجيد للكرة وتوجيهها
06	- القدرة على تنفيذ عملية هجومية و انهاءها بالسحق
07	- القدرة على الدفاع أمام الشبكة من خلال أداء تقنية الصد والتغطية
08	- تقويم تحصيلي
	لا ينجز