

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

طرائق التدريس

الخطة التدريسية

تعريفها ، عوامل نجاحها ، اقسامها

المرحلة الثالثة

إعداد

د . خليل حميد محمد علي

❖ الخطة التدريسية:

ان من مناهج التربية العامة هناك مناهج للتربية الرياضية وان درس التربية الرياضية عينة صغيرة من ذلك المنهاج والتي تكون من واجبات المدرس أن يقدمها بصيغة علمية الى طلبته ليمارسوها في مدرستهم للوصول الى الاهداف التي صيغت لهذا الغرض وان عملية نجاح البرنامج الدراسي للتربية الرياضية يتوقف على حسن تحضير واعداد واخراج الدرس فالخطة وفي ابسط تعريف هي .

" استعراض للعمل المراد القيام به وتحديدده وتقدير الامكانيات اللازمة والمتوفرة لانجازه وتوزيعه في مراحل اذ تعتبر كل مرحلة خطوة من الخطوات الضرورية للسير نحو تحقيق العمل المطلوب"

أي ان يتم العمل باقل جهد واقل كلفة وفي اقصر مدة والخطة الناجحة هي التي تنتهي بتحقيق الاغراض التي وضع من اجلها التخطيط لذا يجب على واضع الخطة لدرس التربية الرياضية ان يراعي النقاط التالية.

- ١- ان تكون لديه خبرة واسعة وخلفية علمية جيدة في التربية الرياضية.
- ٢- دراسة الاهداف العامة والخاصة للمراحل التي سوف يطبق فيها المنهاج.
- ٣- لديه المام تام بالمراحل العمرية ومواصفاتهم وميولهم ورغباتهم واستعداداتهم البدنية والحركية.
- ٤- اجراء عملية المسح ولكل مرحلة في المدرسة من اجل وضع البرنامج .
- ٥- تقسيم المنهاج ولكل مرحلة على اشهر السنة ومن الخطة الشهرية تنبثق الخطة الاسبوعية ومن الخطة الاسبوعية نصل الى الخطة اليومية.
- ٦- خلال تطبيق المنهاج على المدرس تدوين الملاحظات حول مدى ملائمة الوحدات لمستوى الطلاب وتلبية رغباتهم.
- ٧- اجراء عملية التقويم للنتائج التي حصل عليها الطلاب لمعرفة ما تحقق من اهداف.

❖ الخطوات المتبعة في اخراج الدرس :

هناك عوامل لها من الاهمية في نجاح درس التربية الرياضية ويمكن تلخيصها بالاتي.

١- اعداد مكان الدرس :

يعتبر الاعداد خطوة متوسطة بين التحضير والتنفيذ فعند تحضير الدرس اليومي يحاول المدرس ان يفكر بتحضير كل العوامل التي يجب عليه ملاحظتها للقيام بتطبيق اوجه النشاط والتي يتضمنها الدرس ، فالتحضير يشمل اعداد الدرس نفسيا وعمليا بالمادة التي سيشرحها والطريقة التي سيتبعها والادوات والاجهزة وما يجب ان يكون عليه الملعب من تخطيط ومكان الاجهزة المختلفة ويتلو ذلك الاعداد لتنفيذ الدرس وهو التحقق من وجودها ومدى صلاحيتها ثم الترتيب للملعب واعداده وتخطيطه وتوزيع الادوات والاجهزة او على الاقل معرفة مكان كل جهاز حينما تدعو الحاجة لاستخدامه.

ب- تطبيق الدرس :

خطوة تطبيق الدرس تبدأ عند لقاء المدرس بالطلاب وينتهي الدرس عند عودتهم الى الصف بعد تأديتهم اوجه النشاط المخصصة للدرس وبحسب التسلسل الطبيعي بخطوات تنفيذ وتطبيق الدرس كما يلي.

١- مقابلة الطلاب للمدرس

٢- تبديل الملابس

٣- الذهاب الى المكان المخصص لدرس التربية الرياضية.

٤- الاصطفاف لأخذ الغياب.

٥- البدء في تنفيذ اوجه نشاط الدرس وحسب الترتيب (المقدمة ، التمرينات، النشاط التعليمي ، النشاط التطبيقي ، الختام) .

٦- الاصطفاف بعد الانتهاء من الدرس وترديد التحية.

٧- الذهاب الى المغاسل.

٨- التوجه الى الصف.

❖ الأقسام الرئيسية لخطة درس التربية الرياضية :

اولا : القسم الاعدادي:

في هذا القسم يتدرج المدرس في ثلاث مراحل قبل ان يدخل بطلابه في القسم الرئيسي.

الخطوة الاولى:

وتتضمن اعداد الطلاب تربويا اذ يتخللها تطبيق النظام كتبديل الملابس ودخولهم الى ساحة الالعاب ووقوفهم في اماكنهم التي سبق للمدرس ان عينها لهم ثم اخذ الغياب وتوزيع الاجهزة و الادوات الى اماكنها المعدة في خطة الدرس.

الخطوة الثانية:

وتسمى بالأحماء او التسخين او التدفئة ومصطلح الاحماء يعتبر الأكثر شمولاً وتحقيقاً للأهداف التالية .

- ١- العمل على زيادة سرعة ضربات القلب وزيادة كمية الدفع القلبي في كل ضربه.
 - ٢- العمل على زيادة سرعة التهوية حتى يصبح التنفس اسرع واعمق.
 - ٣- العمل على رفع درجة حرارة الجسم.
 - ٤- العمل على تهيئة العضلات والمفاصل للعمل الاصب.
- علما ان فعاليات هذا القسم لا تكون على وتيرة واحدة فلا بد من التغيير لفعاليات المقدمة من درس لآخر وما يتفق وطبيعة الجو والملعب.

الخطوة الثالثة:

وتتمثل بعامل الاثارة على ايقاظ القابليات على الاداء الحسن وزيادة قدرة الطالب في الوصول الى نتائج جيدة كشرح الواجبات المطلوبة بأسلوب شيق ومثير.

ثانيا : القسم الرئيسي:

يحقق هذا القسم في الدرس الاهداف التعليمية لارتقاء وتطوير ما هو مطلوب انجازه من خلال خطوات التعليم والتنشيط والمعالجة للمهارات الحركية للأنشطة الرياضية المحددة بالدرس كما يمكن الاستفادة من هذا القسم في بعض الدروس لتحسين الصفات وفقا لاتجاه الدرس ، فالقسم الرئيسي هو النواة التي يبني عليها الدرس كله ويمكن توضيح اهدافه بالاتي.

- ١- تطوير المهارات الحركية الطبيعية وتعليم المهارات الخاصة بالأنشطة الرياضية
- ٢- تحسين وترقية الصفات البدنية وذلك وفقا لنمط الدرس واتجاهه
- ٣- اكساب الطلاب المعلومات المرتبطة بالأنشطة الرياضية

اما من الناحية التربوية يقسم القسم الرئيسي الى.

أ- النشاط التعليمي.

يقوم المدرس بتعليم المهارة ويتناولها من خلال خطوات متدرجة مراعيًا في ذلك النواحي الفنية للأداء المهاري و على النحو الآتي.

١. يبدأ بالتقديم الشفهي للمهارة عن طريق الشرح أو الأفلام والصور
٢. العرض العملي للمهارة عن طريق النموذج سواء بنفسه أو أحد الطلاب المتميزين
٣. أداء المهارة والتدريب عليها من قبل الطلاب.

أهم النقاط التي يجب مراعاتها في النشاط التعليمي

١. يجب أن يكون الشرح سهلاً ومناسباً للموقف التعليمي.
٢. مراعاة استخدام الألفاظ والعبارات الاصطلاحية الفنية المتفق عليها.
٣. أن يكون الشرح مناسباً للمرحلة العمرية وقدرتهم على الفهم.
٤. أن يكون الطلاب في وضع يسمح لهم بالملاحظة الجيدة للنموذج.

ب- النشاط التطبيقي.

وفيه ينتقل الطالب إلى التدريب على المهارات التي تعلمها بصورة عملية وقد يتخذ النشاط التطبيقي على المهارات إحدى الصور الآتية.

١. أن يقوم كل طالب الصف بالتدريب على نفس المهارة التي تعلموها في نشاطهم التعليمي فقط وتحت إشراف المدرس وذلك إما من خلال مباريات تنافسية أو من خلال مواقف لعب تدريبية أو من خلال أحد التشكيلات التدريبية.
٢. أن يقسم طلاب الصف إلى مجموعتين أو أكثر (فرق) وكل فرقة تمارس أحد الأنشطة التعليمية التي درست ، مع مراعاة تبادل الممارسة في المحطات وفقاً للزمن المخصص للنشاط التطبيقي.

ثالثاً : القسم الختامي.

وهو الجزء الأخير من الدرس والغرض منه إما تهدئة الجسم فسيولوجياً والعودة إلى الحالة الطبيعية أو ما يقارب منها بقدر الإمكان في حالة إذا كان بعد الدرس عدة دروس لمواد أخرى في اليوم الدراسي أما إذا كان الدرس في نهاية اليوم الدراسي فيمكن زيادة الحمل مرة أخرى إلى أقصى ما يمكن أن يتحملة الطلاب كعمل مباريات أو مسابقات ... ومن أغراض هذا القسم أيضاً هو تحقيق المستوى التربوي الجيد فالدقائق الأخيرة من الدرس يقوم الطلاب بإعادة الأدوات ثم القيام بعملية تقويم للدرس فضلاً عن القيام بالثناء والتشجيع والتوجيه ثم القيام بالتحية الرياضية في نهاية الدرس.

((ملاحظات عامة حول اقسام خطة درس التربية الرياضية))

قد يختلف تنفيذ درس التربية الرياضية في مراحل التعليم المختلفة ، الا انه من المعتاد تقسيم الدرس الى عدة اقسام ويجب ان لا تكون ثابتة فقد يتغير عدد الاقسام وطبيعة واجبات كل قسم على واجبات الدرس المحدد وكذلك بالنسبة للزمن المخصص لكل جزء في الدرس فالأحماء مثلا في فصل الشتاء تطول فترته والعكس في فصل الصيف ، وبصورة عامة ان خطة الدرس قد قسمت الى ثلاث اقسام هي **القسم الاعدادي** و**القسم الرئيسي** و**القسم الختامي** وهذه الاقسام الثلاثة ليست مستقلة بل انما كل قسم يرتبط بالآخر فالقسم الاعدادي يخدم القسم الرئيسي كما ان قسم الختام يتوقف على كمية ونوع الحمل في القسم الرئيسي ويشترك كل من القسم الاعدادي والختامي في الناحية الجسمية والنفسية والتربوية للطالب فالقسم الاعدادي والمتمثل بالمقدمة او الاحماء وهي مرحلة اعداد الطالب وتحضيره للقسم الرئيسي لكي يمكنه من القيام بتقبل كمية الحمل الذي سيعطى في القسم الرئيسي اما القسم الختامي فيمثل في احيان فترة الراحة الايجابية في الحمل وفي احيان اخرى تغيير الحمل.

وفد يتجانس القسم الاعدادي والقسم الختامي في الناحيتين التربوية والنفسية فقد اصبح من المعلوم ان يضع المدرس في اعتباره عند القسم التحضيري ان تكون المقدمة مشوقة لضمان جذب انتباه وتركيز الطلاب وما على المدرس الا ان يعتني بهذا القسم ويحاول ان يغيره من درس الى اخر وكذلك بالنسبة لقسم الختام فيجب ان يكون مشوق وفيه من الحماس مما يترك اثار جيدة في نفوس الطلاب.