



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي

تحت عنوان :

دور الوسائل التكنولوجية في تحقيق أهداف درس التربية البدنية
والرياضية

دراسة مسحية أجريت مدارس التعليم المتوسط بولاية معسكر

بحث مسحي على بعض مؤسسات التعليم المتوسط بولاية معسكر

تحت إشراف :

رفيق مداني

إعداد الطالبة:

تنية فايزة خلود

السنة الجامعية: 2019-2020

إهداء:

إلى من قال فيهما عز وجل: "ولا تقل لهما أف ولا تنهرهما وقل لهما قولا

كريما".

إلى من علمني الصبر والإخلاص في العمل، وكان لي نعم المربي

والسند... أبي الكريم أطال الله في عمره.

إلى من لم تبخل عليّ في تربيتي وتشجيعي وسهرت عليّ الليالي الطوال...

أمي الرؤوفة حفظها الله وأطال الله في عمرها.

إلى من تقاسمت معهم معيشة الحياة بأفراحها وأحزانها إخوتي أخواتي.

أفراد عائلته وإلى جميع أصدقائي.

إلى جميع أساتذة وطلبة معهد التربية البدنية والرياضية

بمستغانم، خاصة طلبة دفعة 2020.

وإلى كل من ساندني في إنجازها البحث من قريب وبعيد.

وكل من تحملهم ذاكرتي ولا تسعهم مذكرتي.

خلود

شكر وعرقان:

الحمد لله حق حمده وسبحانه العزيز ، الشكر له وحده بأن وهبنا بالعقل
وفضلنا بالعلم ووفقنا لهذا العمل والصلاة والسلام على رسول الله صلى الله
عليه وسلم.

نتوجه بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف رقيق مداني الذي لم يبخل
علينا بتوجيهاته ونصائحه القيمة التي كانت عوناً لنا في إنجاز هذا البحث.
ولا يفوتنا أن نشكر كل الأساتذة ، وإلى كل موظفي الجامعة وفي شتى
الميادين ولكل من علمنا حرفاً.

وكل من ساعدنا من قريب أو بعيد من أجل الوصول.

ملخص

ملخص الدراسة:

تضمنت هذه الدراسة موضوع الوسائل التعليمية ودورها في تحقيق أهداف درس التربية البدنية، بحيث قسمت هذه الدراسة إلى شطرين، الشطر النظري الذي تناول المفاهيم النظرية لكل من الوسائل التعليمية ودرس التربية البدنية والرياضية وأهدافه، بالإضافة إلى كل من دور وأهمية استخدام هذه الأخيرة في مجال التربية البدنية والرياضية، وتأثيرها في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية، أما فيما يتعلق بالشطر الثاني فتمثل في الدراسة الميدانية التي تمثلت في الدراسة الاستطلاعية على أستاذة متوسطات ولاية معسكر لمعرفة دور الوسائل التكنولوجية في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية.

حيث خلصت هذه الدراسة إلى أن الوسائل التكنولوجية أصبحت محور العملية التعليمية لتحقيق أهداف دروس التربية البدنية والرياضية من خلال تنمية مهارات التلاميذ وتطوير قدراتهم الفكرية وترسيخ المعارف التي يتلقاها أثناء الدرس.

الكلمات المفتاحية :

التربية البدنية و الرياضية - الوسائل التكنولوجية .

Résumé de l'étude:

Cette étude comprenait le sujet des aides pédagogiques et leur rôle dans la réalisation des objectifs de la leçon d'éducation physique, de sorte que cette étude a été divisée en deux parties, la partie théorique qui traite des concepts théoriques des moyens éducatifs et de l'étude de l'éducation physique et mathématique et de ses objectifs, en plus du rôle et de l'importance de l'utilisation de ces derniers dans le domaine de l'éducation physique et mathématique. Son impact sur la réalisation des objectifs de la leçon d'éducation physique et sportive est l'étude sur le terrain, qui a consisté en une enquête d'un professeur intermédiaire dans l'état de Camp pour connaître le rôle des moyens technologiques dans la réalisation des objectifs de l'étude de l'éducation physique et mathématique.

.....

L'étude a conclu que les moyens technologiques sont devenus le centre du processus éducatif pour atteindre les objectifs de l'éducation physique et sportive par le développement des compétences des élèves, le développement de leurs capacités intellectuelles et l'établissement des connaissances qu'ils reçoivent pendant la leçon.

Mots-clés : Éducation physique et sportive - moyens technologiques

Summary of the study:

This study included the subject of teaching aids and their role in achieving the goals of the physical education lesson, so that this study was divided into two parts, the theoretical part that dealt with the theoretical concepts of the educational means and the study of physical and mathematical education and its goals, in addition to both the role and importance of using the latter in the field of physical and mathematical education. Its impact on the achievement of physical and sports education lesson objectives is the field study, which consisted of a survey of a middle professor in the state of Camp to know the role of technological means in achieving the goals of studying physical and mathematical education.

The study concluded that technological means became the focus of the educational process to achieve the goals of physical and sports education through the development of students' skills, the development of their intellectual abilities and the establishment of the knowledge they receive during the lesson.

Key-words: Physical and Sports Education - Technology

قائمة المحتويات

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
ب	إهداء
ج	شكر و عرفان
	ملخص الدراسة
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
	قائمة المحتويات: التعريف بالبحث
01	مقدمة
05	1- مشكلة البحث
06	2- أهداف الدراسة
06	3- فرضيات البحث
07	4- أهمية الدراسة
07	5- مصطلحات البحث
08	6- الدراسات المشابهة
11	7- التعقيب على الدراسات المشابهة

الباب الأول: الخلفية النظرية

الفصل الأول: الوسائل التكنولوجية التعليمية

14	تمهيد
15	1-1- تعريف الوسائل التكنولوجية التعليمية
16	1-2- أهمية الوسائل التكنولوجية التعليمية
17	1-3- مبررات استخدام الوسائل التكنولوجية في التعليم
20	1-4- أهداف استخدام الوسائل التكنولوجية في التعليم
21	1-5- تحديات استخدام الوسائل التكنولوجية في التعليم
23	1-6- أقسام الوسائل التعليمية
23	1-7- مجالات استخدام الوسائل التكنولوجية
25	1-8- أسس ومعايير اختيار الوسائل التكنولوجية التعليمية
26	1-9- شروط نجاح الوسائل التكنولوجية في العملية التعليمية
26	1-10- الاستفادة من مستحدثات الوسائل التكنولوجية في التعليم
27	1-11- النتائج السلبية لعدم استخدام الوسائل التكنولوجية في التعليم
28	1-12- دور المعلم والمتعلم عند استخدام الوسائل التكنولوجية في التعليم
28	1-13- أهمية الوسائل التكنولوجية في مجال التربية البدنية والرياضية
29	1-14- دور الوسائل التكنولوجية في مجال التربية البدنية والرياضية
30	1-15- أنواع التكنولوجيات المستخدمة في مجال التربية البدنية
31	1-16- التقنيات التكنولوجية المستخدمة في التربية البدنية والرياضية
32	1-17- وظائف الوسائل التكنولوجية المستخدمة في مجال التربية

	البدنية والرياضية
34	خلاصة الفصل
	الفصل الثاني: درس التربية البدنية والرياضية
36	تمهيد
37	1-2- درس التربية البدنية والرياضية وواجباته
38	2-2- أهمية درس التربية البدنية والرياضية
38	3-2- أهداف درس التربية البدنية والرياضية
40	4-2- أغراض درس التربية البدنية والرياضية
43	5-2- محتوى درس التربية البدنية والرياضية
44	6-2- الطبيعة التربوية لدرس التربية البدنية والرياضية
44	7-2- تحضير درس التربية البدنية والرياضية
45	8-2- الأسس التي يجب مراعاتها عند تحضير درس التربية البدنية والرياضية
46	9-2- شروط درس التربية البدنية والرياضية
47	10-2- تقويم درس التربية البدنية والرياضية
47	11-2- خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية
48	12-2- متطلبات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية
49	13-2- استمرارية حصة التربية البدنية والرياضية
50	14-2- طرق إخراج حصة التربية البدنية والرياضية
51	15-2- العوامل المساعدة في إنجاح الحصة النظرية
52	16-2- أنواع الحصص في التربية البدنية والرياضية

54	2-17- الأدوات المستخدمة في حصة التربية البدنية والرياضية
55	2-18- تقييم حصة التربية البدنية والرياضية
56	خلاصة الفصل
الباب الثاني: الجانب التطبيقي	
الفصل الأول: الإجراءات الميدانية للدراسة	
59	1- الدراسة الاستطلاعية
59	2- المنهج المتبع في الدراسة
60	3- مجتمع الدراسة وعينة الدراسة
60	4- متغيرات البحث
60	5- مجالات الدراسة
61	6- أدوات جمع البيانات والمعلومات
الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج و مناقشة الفرضيات و الإستنتاجات	
	عرض و تحليل النتائج
	مناقشة الفرضيات
	الإستنتاجات
	الخلاصة العامة
/	قائمة المصادر والمراجع
/	الملاحق

الفصل التمهيدي:

التعريف بالبحث

مقدمة:

لقد ظلت التربية البدنية والرياضية زمنا طويلا تعتمد على عدد محدود من الوسائل والمواد التعليمية، لعل أبرزها هو تقديم النموذج في تعليم المهارات واستخدام السبورة في شرح الجوانب المعرفية كالخطط والاستراتيجيات، وهي أساليب ووسائل تقليدية وقديمة لم تعد تستطيع أن تلبي احتياجات التعليم.

وعلى اثر النقائص التي تعاني منها الوسائل التعليمية المحدودة ظهرت وسائل تكنولوجية تستخدم في المجال التعليمي بشكل عام وفي مجال التربية البدنية والرياضية بشكل خاص. ولقد استخدمت الوسائل التكنولوجية في المجال من أجل تحقيق الأهداف وتحسين المناهج التعليمية وتطوير طرق التدريس، فتكنولوجيا التعليم تساهم بشكل كبير في تطوير المنظومات التربوية وتحسين مستواه وكما تطور وتحسن أداء كل من المعلم والمتعلم.

إن الوسائل التكنولوجية بمختلف أشكالها أصبحت ضرورة حتمية لاستخدامها في مجال التعليم خاصة وفي مجال التربية البدنية والرياضية خصوصا، وبالرغم من المجالات العديدة لاستخدام الوسائل التكنولوجية إلا أن مجال التعليم أكثر المجالات أهمية لأنه يساهم في تطور الأداء وتحسين المستوى مما يساهم في بناء مجتمع يعتمد على التقنيات الحديثة، ولاختيار هذه الوسائل يجب الاعتماد على عدة معايير أو على أساس وضع شروط معينة لتمكينها من تحقيق الأهداف.

بالرغم من المساهمة الفعالة للوسائل التكنولوجية في مجال التعليم إلا أن هناك عدة عراقيل تواجهه في استخدامها وخاصة في مجال التربية البدنية والرياضية مما يؤثر سلبا على النتائج وحتى الأداء وحتى على الدور الذي يلعبه كل من المعلم والمتعلم على حد سواء.

فالأهمية الكبيرة للوسائل التكنولوجية في مجال التربية البدنية تكمن في تقديم وعرض الدروس والمساهمة في النقاش أثناء الدرس، فهذه الأخيرة تساهم في تحقيق

التعريف بالبحث.....

أهداف التربية البدنية والرياضية، فاستخدام الوسائل التكنولوجية التعليمية قطب أساسي من أقطاب العملية التعليمية التي تضمن أساسية تضمن نجاح حصة التربية البدنية والرياضية، ومن هذا المنطلق جاء موضوع بحثنا دور استخدام الوسائل التكنولوجية في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية.

1- مشكلة البحث:

إن التطور الذي يشهده العالم في مختلف المجالات ساهم في تخطي عدة عقبات منها عقبة الزمن بحيث أصبح من الممكن القيام بالأداء وتحسينه بأقل جهد ووقت ممكنين، فهذا التطور يستند على التكنولوجيا الحديثة، وهذه الأخيرة تلعب دورا هاما في تحقيق الأهداف المطلوبة في مجالات استخدامها، ومن بين المجالات مجال التعليم أو بسياق آخر استخدام الوسائل التكنولوجية بمختلف تقنياتها لتحقيق أهداف العملية التربوية التعليمية، فظهر ما يعرف بالوسائل التعليمية المتطورة التي تتماشى ومتطلبات البيئة التعليمية المعاصرة.

فقد ساهمت الوسائل التكنولوجية في إعطاء الكثير للمعلم من جهة وللمتعلم من جهة أخرى مما يجعلها جزء لا يتجزأ من العملية التعليمية، فهذه الأخيرة لها عدة عوامل تساهم في إنجاحها وأولى هذه العوامل الوسائل التعليمية التي تمثل العمود الأساس في العملية، لذا تعتبر الوسائل التكنولوجية أحد الركائز الأساسية لتطوير وتنمية قدرات التفكير لدى الطلبة. فانتساع مجالات استخدام الوسائل التكنولوجية في العملية التعليمية أصبح ضرورة حتمية لاستخدامها في مجال التربية البدنية والرياضية، وفي ذات السياق فإن التربية البدنية والرياضية قد استفادت بشكل كبير من هذه التكنولوجيا، خاصة في الدور الذي تلعبه في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية.

ومن هنا جاءت الدراسة للتعرف على مدى تحقيق الوسائل التكنولوجية لأهداف درس التربية البدنية والرياضية، وعليه تمثلت إشكالية البحث في التساؤلات الآتية:

التعريف بالبحث.....

- هل يعتمد أساتذة التربية البدنية بالتعليم المتوسط على الوسائل التكنولوجية لإنجاز درس التربية البدنية ؟

- ما دور الوسائل التكنولوجية من تحقيق أهداف العملية التعليمية؟
- هل هناك صعوبات تواجه استخدام الوسائل التكنولوجية في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية؟

2- أهداف البحث:

نهدف من خلال بحثنا هذا إلى ما يلي :

- ✓ معرفة الدور الذي تلعبه الوسائل التكنولوجية في مجال تدريس مادة التربية البدنية والرياضية.

- ✓ التعرف على الصعوبات التي تواجه توظيف الوسائل التكنولوجية في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية.

- ✓ إبراز دور الوسائل التكنولوجية في تنمية المهارات وتطوير قدرات المتعلم من خلال تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية.

3- فرضيات البحث:

نفترض لدراستنا الفرضيات التالية:

- يعتمد أساتذة التربية البدنية بالتعليم المتوسط على الوسائل التكنولوجية لإنجاز درس التربية البدنية.

- للوسائل التكنولوجية دور مهم في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية.

- هناك عدة صعوبات تواجه استخدام الوسائل التكنولوجية في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية.

4- أهمية الدراسة:

- البحث عبارة عن دراسة لمعرفة دور الوسائل التكنولوجية في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية، وتتحصر أهمية البحث في جانبين اثنين:

التعريف بالبحث.....

الجانب العلمي: يعتبر مرجع علمي يثري الموضوع المتناول كما أنه يساهم في إثراء المكتبة الجامعية كإضافة للمراجع التي تتطرق إلى موضوع دور استخدام الوسائل التكنولوجية في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية.

الجانب العملي: يتمثل في توعية الأساتذة والطلبة الذين لا يولون أهمية لاستخدام الوسائل التكنولوجية في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية، ومحاولة إيصال الفكرة بطريقة علمية.

5- مصطلحات البحث:

مفهوم التكنولوجيا:

لغة: كلمة من أصل يوناني، ومكونة من لفظتين "techno" وتعني التقنية، و "logie" وتعني علم ودراسة، إذن فهي علم ودراسة التقنيات.

اصطلاحاً: هي كم منظم من الحقائق والمبادئ لها صلة بهدف شامل وعلمي. (السايح مصطفى، 2004، ص 19)

أما إجرائياً فهي عملية استخدام المعلومات والمعارف والمهارات بطريقة علمية منظمة للاستفادة منها واستثمارها.

مفهوم الوسائل التكنولوجية:

هي مجموعة من الأدوات والأجهزة المادية من الكمبيوتر وشبكات التواصل الاجتماعي، تستخدم من أجل تبادل المعلومات وتخزينها واسترجاعها للاستفادة منها في الوقت المناسب بأقصر وقت وأقل جهد وأكبر فائدة. (بن يطو أمنة، 2015، ص 11) اتجاهات أساتذة التعليم الثانوي نحو استعمال الوسائل التكنولوجية في العملية التعليمية: دراسة ميدانية بكل من ثانوية الشيخ عمر المختار وثانوية بناعة السعيد بعين الحجل المسيلة. جامعة محمد بوضياف المسيلة. مذكرة الماستر في علوم التربية.

مفهوم التربية البدنية والرياضية:

تعرف على أنها مساعدة الفرد على أن يحيا حياة سليمة عن طريق التنمية الحركية والصحية وتكوين ميولاته إلى الأنشطة الرياضية.

وعرفها المركز القومي للبحوث التربوية بأنها: تحقيق النمو المتكامل للتلاميذ (بدنيا، عقليا، نفسيا) بغية إعدادهم للحياة إعداد يكفل لهما المشاركة الفعالة في بناء المجتمع الحديث، وتزويدهما بالروح الرياضية الحقة، والمهارات الحركية في حدود قدراتهم. (سلى كوند، 2018، ص 272)

أما التعريف الإجرائي فالتربية البدنية والرياضية هي جملة الأنشطة والتمارين البدنية والحركات الرياضية التي يمارسها التلميذ المجال المدرسي أو خارجه، بهدف تنمية مهاراته الحركية وبناء لياقته البدنية.

6- الدراسات المشابهة:

أ- دراسة هويدا إسماعيل 2003 تحت عنوان: "تأثير استخدام برامج الحاسوب على تعلم بعض المهارات الحركية الهجومية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالزقازيق"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الزقازيق، كلية التربية الرياضية للبنات بالزقازيق. الاسماعيلية، مصر 2003.

أهداف الدراسة:

هدفت إلى التعرف على مدى استخدام برامج الحاسوب على أداء الطالبات عينة البحث في المهارات الحركية الهجومية في كرة اليد: التصويب الكرابجي-النتطيط-

التصويب بالوثب الأمامي الطويل

المنهج المتبع في الدراسة: المنهج التجريبي

العينة: اختيار العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية

الرياضية للبنات جامعة الزقازيق بلغ عددهم 70 طالبة

التعريف بالبحث.....

الأدوات المستعملة في الدراسة: استخدام مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة ذات التصميم القبلي والبعدي

النتائج المتواصل إليها:

• أن استخدام برامج الحاسوب كان له تأثير إيجابي على مستوى أداء الطالبات في المجموعة التجريبية.

• وجود فروق دالة إحصائية لصالح الطالبات في المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة.

• أن تعلم المهارات الحركية الهجومية لكرة اليد من خلال الحاسوب التعليمي يؤدي إلى التحسن بنسبة مئوية مرتفعة في أداء المهارات

ب- دراسة بندر عيد عبد الله الفقيه 2011 تحت عنوان: "درجة استخدام بعض طرق التدريس الحديثة في التربية البدنية من وجهة نظر معلمي التربية البدنية في مدينة تبوك"، رسالة ماجستير، المملكة العربية السعودية.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى تحديد درجة استخدام بعض طرق التدريس الحديثة في التربية من وجهة نظر معلمي التربية البدنية في مدينة تبوك، وكذا معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية عند مستوى الدلالة حول متوسطات اتجاهات معلمي التربية البدنية والرياضية في مدينة تبوك تجاه طرق التدريس الحديثة المنهج المتبع في الدراسة: المنهج الوصفي.

العينة: من معلمي التربية البدنية والرياضية والبالغ عددهم 119 معلما

التعريف بالبحث.....

الأدوات المستعملة في الدراسة: الاستبيان.

النتائج المتواصل إليها:

العبارات التي تقيس درجة استخدام طرق الخرائط المعرفية، خرائط السلوك، التعلم التعاوني، التعلم في مجموعات صغيرة، التعليم الفردي ن التعليم ما وراء المعرفة، التعليم المنظومي، التعليم المزود بالحاسب الآلي كانت ضعيفة.

العبارات التي قاست درجة استخدام طريق العصف الذهني كانت ضعيفة جدا.

- ركزت النتائج الخاصة بالفروق بين المتوسطات اتجاهات عينة الدراسة حسب عدد سنوات الخدمة بأنه توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 05.0 بين متوسطات اتجاهات مجتمع الدراسة حول طرق الخرائط المعرفية، خرائط السلوك، العصف الذهني.

ج- دراسة بن عليّة علاء الدين وآخرون 2017 تحت عنوان: "فعالية استخدام الوسائل التعليمية افي تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية"، جامعة الجلفة.

أهداف الدراسة:

_ محاولة التعرف على جوانب التأثير للوسائل التعليمية الرياضية على سستير حصة التربية البدنية والرياضية.

_ النظر في كل العوامل التي تبرز لنا ما إذا كان للوسائل التعليمية فعالية في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.

_ إيجاد الحلول التي يدكن عن طريقها توفت الوسائل التعليمية من حيث توفر المساحات الكافية لممارسة الرياضة وتوفت المنشآت الرياضية وتوفت الوسائل الكافية لإيصال المعلومات

المنهج المتبع في الدراسة: المنهج الوصفي

عينة الدراسة: أساتذة التعليم الثانوي لكل من بوسعادة وغرداية وقدر عدد الاساتذة ب 60 أستاذ

التعريف بالبحث.....

أدوات جمع البيانات: استمارة استبيان.

نتائج الدراسة:

كما كشفت الدراسة أن استعمال العتاد يساعد في السير الحسن للحصة كذلك بينت الدراسة أن حدود الملعب تجعل الطلبة مركزين مع الحصة كذلك بينت الدراسة أن أدوات القياس تساهم في التفريق بين الطلبة في الأداء بينت الدراسة الحالية أن عملية القياس لو دور مهم في التقييم والتقويم خلال حصة التربية البدنية والرياضية حيث لا يدكن أن تقوم إلا بها أظهرت الدراسة إن الأساتذة لديهم الاهتمام المسبق بأهمية العتاد ومختلف الوسائل التعليمية في حصص التربية البدنية والرياضية وجود معيقات في استعمال الوسائل التعليمية في الحصة.

7- التعقيب على الدراسات المشابهة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح أن جميعها يتفق مع موضوع الدراسة فدراسة هويدا إسماعيل تحت عنوان: تأثير استخدام برامج الحاسوب على تعلم بعض المهارات الحركية الهجومية في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالزقازيق لسنة 2003 والتي هدفت إلى التعرف على مدى استخدام برامج الحاسوب على أداء الطالبات عينة البحث في المهارات الحركية الهجومية في كرة اليد: التصويب الكراجي- التنطيط- التصويب بالوثب الأمامي الطويل وبالتالي فهي تتفق مع موضوع دراستنا الحالي، أما بالنسبة لدراسة بندر عيد عبد الله الفقيه تحت عنوان : درجة استخدام بعض طرق التدريس الحديثة في التربية البدنية من وجهة نظر معلمي التربية البدنية في مدينة تبوك 2011.

و قد هدفت إلى تحديد درجة استخدام بعض طرق التدريس الحديثة في التربية من وجهة نظر معلمي التربية البدنية في مدينة تبوك، وكذا معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية عند

التعريف بالبحث.....

مستوى الدلالة حول متوسطات اتجاهات معلمي التربية البدنية والرياضية في مدينة تبوك تجاه طرق التدريس الحديثة وبالتالي فهي تتفق مع دراستنا الحالية، أما بالنسبة الى دراسة بن عليّة علاء الدين وآخرون تحت عنوان: فعالية استخدام الوسائل التعليمية افي تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية 2017 والتي هدفت إلى محاولة التعرف على جوانب التأثير للوسائل التعليمية الرياضية على سبيل حصة التربية البدنية والرياضية، النظر في كل العوامل التي تبرز لنا ما إذا كان للوسائل التكنولوجية التعليمية فعالية في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية، إيجاد الحلول التي يدكن عن طريقها توفرت الوسائل التعليمية من حيث توفر المساحات الكافية لممارسة الرياضة وتوفرت المنشآت الرياضية وتوفرت الوسائل الكافية لإيصال المعلومات وهذا ما تتفق مع عنوان دراستنا الحالية .
أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

من خلال اطلعنا على مجمل هذه الدراسات والاستفادة منها على النحو التالي
الاستفادة من نتائج الدراسات لبناء دراستنا هذه.
الانطلاق مما توصلت إليه هذه الدراسات في بدء الدراسة الحالية
استخدام معظم هذه الدراسات للمنهج الوصفي وهو ما يزيد مصداقية الدراسة.
تحديد التعريفات الإجرائية لمصطلحات الدراسة.
إثراء معرفة البحث فيما كتب عن واقعية استخدام الوسائل التكنولوجية أثناء الدرس.
كتابة الإطار العام للدراسة

الباب الأول:

الدراسة النظرية

الفصل الأول:

الوسائل التكنولوجية

التعليمية

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

تمهيد:

في ظل التحولات الحاصلة في مجال التكنولوجيا واتساع استخداماتها التي أصبحت ضرورة حتمية لتحقيق الأهداف الموسومة، فالتطور التكنولوجي رافقه الزيادة في عدد الوسائل التكنولوجية وتشعب استخداماتها، فأصبحت تستخدم في عدة مجالات من بينها مجال التعليم أو ما يعرف بالوسائل التكنولوجية التعليمية التي تسعى بدورها في حل العديد من المشكلات التربوية والتعليمية واجتياز العراقيل التي كان تواجه العملية التعليمية، وبالرغم من الأهمية التي توليها الوسائل التكنولوجية الحديثة في مجال التعليم إلا أن هناك عدة تحديات وعراقيل في استخدام هذا النوع من الوسائل والتقنيات التكنولوجية، وفي ذات السياق فإن مجال التربية البدنية والرياضية قد استفاد بشكل كبير من هذه التكنولوجيات بظهور تقنيات حديثة في شرح وتقديم الدروس وتطور وسائل العرض وزيادة استخدام الحاسوب، وذلك بغية لتحقيق أهداف العملية التدريسية في ذات المجال.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

1- الوسائل التكنولوجية التعليمية:

1-1- تعريف الوسائل التكنولوجية التعليمية:

إن تعريف الوسائل التعليمية تحمله التسمية نفسها ومن هذا المنطلق نتطرق إلى التعريف اللغوي والاصطلاحي.

أ- **التعريف اللغوي:** تعني الوسيلة في اللغة كل ما يتوصل به الإنسان إلى تحصيل المقصود وتقريبه وما يتقرب به إلى الغير.

ب- **التعريف الاصطلاحي:** يقصد بها مجموعة الأجهزة والأدوات التي يحتاجها أي نشاط رياضي وهي تختلف من رياضة إلى أخرى، من حيث الكم والنوع، ويعتمد على عدد وجنس المنتفعين بها، أماكن المجتمع المتاحة لمستوى مهارة المجموعة، الموقع الجغرافي، وعوامل أخرى إذ هي تحدد ما سيعلم. (إبراهيم محمود عبد المقصود، 2004، ص 16)

كما تعرف عموماً على أنها "كل ما يستخدمه المعلم من الإمكانيات المتيسرة التي تعمل على نقل المعلومات النظرية والمهارات العملية إلى المتعلم وتوضيحها للوصول إلى الهدف بأقل جهد وأسرع وقت" (افتخار أحمد السامرائي، 1984، ص 97)

أو بالأحرى هي مجموعة الأجهزة والأدوات ومواد التي يستخدمها المعلم لتحسين عملية التعلم والتعاليم بهدف توضيح المعاني وشرح الأفكار وإيصالها. (محمد سلامة عبد الحافظ، 1998، ص 253)

وفي نفس السياق يمكن تعريف الوسائل التعليمية على أنها الوسائل المباشرة التي تساعد المتعلمين على اكتساب المعارف والمهارات والاتجاهات والأساليب. (شاهر محمود عبد المنعم، 1999، ص 98)

ومع التطور التكنولوجي تطورت الوسائل التعليمية بحيث أصبحت تعرف بأنها جزء من التكنولوجيا التعليمية يتم من خلالها زيادة تقبل المتعلم أو الطالب للمادة الدراسية وهي كل ما يستخدم لإنجاح العملية التعليمية من عرض الدروس وشرحها وتبسيطها.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

1-2- أهية الوسائل التكنولوجية التعليمية:

لقد اختلف الباحثين في تحديد أهية هذا النوع من الوسائل، ولكن حسب ما تشير اليه الدراسات بأنه يمكن الاستفادة من الوسائل التعليمية الحديثة بشكل كبير، ومن هذا المنطلق نذكر منها كما يلي: (سلامة عبد الحافظ، 2007، ص 17)

1-2-1- توسيع مجال الخبرات التي يمر بها الفرد:

تقوم بتوفير الخبرات المتنوعة للطلبة بحيث تتيح لهم فرصة الاستماع والتأمل والتفكير، إذ لا بد من وضع الطالب أمام خبرات مختلفة لمواكبة التغيير والتطور السريع في مجال العلم والتكنولوجيا وذلك يتطلب وسائل اتصال تتبع هذا التطور لتزيد من خبراته.

1-2-2- معالجة اللفظ والتجريد:

يتم في ذلك استخدام الوسيلة المناسبة حسب الموقف التعليمي لأن المعلم يعمل في الموقف التعليمي الواحد من خلال اللفظ المجرد، لذلك لا بد من وسيلة تجرد هذه الألفاظ وتجسد معناها للطالب بكل يسر والوسائل التعليمية التكنولوجية تساعد على زيادة خبرة الطالب فتجعله أكثر استعداداً للتعلم، فالمعلم إذ استعان بالصور والتسجيلات الصوتية بحيث تزيد الخبرات المرئية والمسموعة.

• تعمل على إثارة الطالب وعلى زيادة إيجابياته ونشاطه فهي مشوقة تقدم المعلومات بطريقة تجنب الانتباه؛

• تقلل ومن احتمالية للنسيان في تقدم معلومات حية وقوية التأثير مما تجعل المتعلم يتذكرها؛

بالإضافة إلى ما سبق ذكره من أهية الوسائل التعليمية التكنولوجية يمكننا تلخيص

أهية هذا النوع من الوسائل في ما يلي:

- تهيئ خبرات متنوعة ومحسوسة للطلبة؛
- تعمل على هويات الطلبة وتجديد أنشطتهم ومشاركتهم؛

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

- تساعد على التذكر وسرعة التعلم او التدريب وتثبيته؛
- تراعي الفروق الفردية بين الطلبة؛
- تساعد على تكوين النزعات العلمية المرغوبة وتكوين الاتجاهات الجديدة؛
- تهيئ فرص التعلم الذاتي للفرد ورفع إنتاجية المؤسسة التعليمية أو التدريبية كما ونوعا؛
- نافعة ولكل المراحل الدراسية. (قصي حازم محمود، 1988، ص 333)

1-3- مبررات استخدام الوسائل التكنولوجية في مجال التعليم:

أدّ التطور التكنولوجي وما ترتب عليه من انفجار معرفي وثورة في مجال المواصلات والاتصالات إلى الحاجة الملحة لاستخدام الوسائط المتنوعة بحيث أصبح استكملها الذي ضرورة لا غنى عنها خاصة في مجال التعليم، الأمر الذي جعل الدول تسعى لإدراج هذه الوسائل في البيئة التعليمية بدرجات متفاوتة، وفيما يلي نستعرض أهم الأسباب التي أدت إلى استخدام الوسائل التكنولوجية في مجال التعليم:

1-3-1- الانفجار المعرفي:

لما كان الهدف من التعليم هو نقل المعرفة من جيل إلى آخر لأصبح لزاما عليه استخدام الوسائل التكنولوجية التي تسهل العملية التعليمية، ومن هذا المنطلق يمكن النظر إلى الانفجار المعرفي من خلال النمو المتضاعف وزيادة حجم المعارف، واستخدام تصنيفات وتفرعات جديدة للمعرفة مما أدى إلى سهولة الوصول إليها، بالإضافة إلى زيادة عدد المتعلمين مما أدى إلى زيادة الإقبال على البحث العلمي الذي أدى إلى زيادة حجم المعرفة. (عباس مصطفى صادق، 2008، ص 132)

1-3-2- الانفجار السكاني:

ترافق الزيادة الكبيرة في عدد السكان عدة مشكلات مختلفة، فأصبحت التكنولوجيا الجديدة من أكبر التحديات، حيث أصبح ضروري ما يعرف بالاستثمار العلمي الذي يؤدي إلى الاستثمار البشري فأتاحت فرصة التعليم أمام كل المواطنين بغض النظر عن ظروفهم المادية والصحية والاجتماعية، مما دفع تلك الأمم إلى فتح مدارس جديدة

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

وتسخير كافة الإمكانيات مما ألجأها بالتالي إلى استخدام الوسائل التكنولوجية المختلفة في التعليم لأجل تأمين فرص التعليم وإتاحته لأكبر عدد ممكن من طالبه. (الحيلة محمد محمود، 2000، ص 74)

1-3-3 - عدم تجانب المتعلمين (الفروق الفردية بين المتعلمين):

نظرا لمشكلة ارتفاع الكثافة الطلابية داخل الحبرات الدراسية فإنها تترتب عنها مشكلة أخرى هي عدم تجانس المتعلمين، فقد يتفوقون في العمر العقلي، مما يؤدي بالنتيجة إلى اختلاف القدرات والاستعدادات والميول والرغبات، وحتى تتجاوز نظم التعليم إشكالية الفروق الفردية كان لابد من اللجوء إلى استخدام الوسائل التكنولوجية لما توفره من مثيرات متعددة النوعية، تتيح للمعلم فرصة الاختيار المناسب منها والتي يتفق مع قابليته ورغباته وميوله. (ياسين حجر، بحرية باسماويل، د. س، ص 226)

كما ساهمت هذه الوسائل في تجاوز العوائق الخاصة بتعليم فئة المتعلمين من ذوي الاحتياجات الخاصة، فالوسائل السمعية تعوض غياب البصر لدى المكفوفين، والوسائل البصرية تعوض غياب السمع لدى الصم وضعاف السمع. (الحيلة محمد محمود، 2000، ص 75)

1-3-4 - نقص عدد المعلمين الأكفاء:

تعاني في أنظمة التعليم من نقص حاد في المعلمين الأكفاء في بعض التخصصات الدراسية، فقد وصل النموذج التقليدي للتعليم والتعلم إلى نقطة الانهيار مع التوسع السريع للقاعدة المعرفي، فهناك عدد من الطلاب أكثر بكثير مما يكفي له مدرس واحد، ومن هنا تتبع الحاجة إلى أفراد يعرفون كيف يستخدمون المواهب المتنوعة كحل المشكلات المعقدة، في حين أن التعليم بالوسائل التكنولوجية يمكن الطلاب من أن يتعلموا باستقلالية كبرى مع حاجة أقل إلى المدرسين والتزامن معهم في المكان والزمان.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

1-3-5- تطور نظريات التعليم:

أدى التطور في مجال علم النفس التربوي إلى ظهور العديد من النظريات التي تبحث في سيكولوجية التعلم من حيث كيفية حدوثه وشروطه والعوامل المؤثرة فيه، والمعرفية والعقلية المتحكمة فيه والدوافع النظرية الفطرية والمكتسبة ومدى تأثيرها على التعليم.

1-3-6- الرغبة في تجويد التعليم:

أدت رغبة المختصين في تجويد التدريس وإضافة طابع التشويق والإثارة عمليتي التعليم والتعلم إلى ضرورة الاعتماد على الوسائط التعليمية التكنولوجية المختلفة والخروج بعملية التدريس من شكلها التقليدي المعتاد إلى صورة مشوقة تكسر حدة الملل لدى المتعلم، ويمكن أن تتحمل مدى انجذاب المتعلم والمتعلم التي يشعر بها عندما يشارك بنفسه في أداء نشاط تعليمي معين. (محمد محمود الحلية، 2000، ص77، 76)

1-3-7- التطور التكنولوجي ووسائل الإعلام:

لقد شهدت نهاية القرن العشرين تطور وسائل الإعلام بسرعة فائقة نتيجة للتكنولوجيا المتقدمة، حيث أنها أصبحت من خصائص العصر الذي نعيش فيه وانعكس ذلك على الحياة الفكرية والثقافية وتأثر به أسلوب الحياة، وظهر ذلك جليا في الأنماط السلوكية التي تنتجها في معالجة مشاكلنا اليومية وتأثر مرفق التعليم تأثرا كبيرا ولا تغالي إذا قلنا أن الإمكانيات الهائلة لوسائل الإعلام والاتصال الجديدة، وما تقدمه من معلومات ومدى تأثيرها على الفرد في جميع مراحل نموه أصبحت تشكل تحديا كبيرا للمؤسسة في المجتمع ولرجال الفكر والتعليم. (ياسين حجر، بحرية باسماويل، د. س، ص 227)

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

1-4-4- أهداف استخدام الوسائل التكنولوجية في التعليم:

لقد ساعدت هذه التقنيات الجديدة بما توفره من مميزات فنية وسهولة الحصول والتحديث والاستخدام والتعديل، والإضافة إلى نشوء بيئة تعليمية جديدة بحيث يصبح المتعلم أكثر قدرة على التحكم في عملية التعلم، كما ساهمت في شكل كبير في مواجهة المشاكل التي يعاني منها التعليم في عالم اليوم، وفيما يلي سنبيين الغايات والأهداف التي يرجى من الوسائل التكنولوجية تحقيقها في ميدان التعليم.

1-4-4-1- تحسين نوعية التعليم وزيادة فاعليته:

وذلك من خلال مشكلات ازدحام الصفوف دون زيادة كبيرة في النفقات وكذلك مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب في مختلف الفصول الدراسية من خلال ما تقدمه الوسائل التكنولوجية من مساعدة في تنويع مصادر التعلم، مما يساعد المتعلم على السير في تعلمه حسب سرعته وما لديه من خصائص وإمكانات وقدرات، إذ أن المتعلم هنا يصبح محور العملية التعليمية وذلك باعتماده أسلوب التعلم الذاتي المستمر، بالإضافة إلى اختيار نوع التعليم والأساليب والوقت والمكان الذي يريده للتعلم، زيادة إلى الإسهام في تفعيل التعليم للموهوبين ومنخفضي التحصيل وتيسيرها لصعوبات التعلم، كما أنها تزيد من التفاعل بين المعلم والمتعلم مما يؤدي إلى الزيادة في مردود العملية التعليمية وترسيخ وتعميق مادة التعلم.

1-4-4-2- المساعدة على توفير الخبرات الحسية:

فهي تقرب الواقع إلى أذهان الطلاب لتحسين مستوى التعلم وتعويض الطلاب عن الخبرات التي لم يتمكنوا من الحصول عليها لأنها حدثت في الماضي أو سبب خطورتها أو صغرها أو كبرها.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

1-4-3- تيسير سبل الوصول إلى المعلومات:

يتم الوصول للمعلومات من مصادرها المتنوعة والتفاعل معها من خلال قنوات الاتصال بين المتعلمين ببعضهم البعض، وكذا بينهم وبين المعلمين. (سلامة عبد الحافظ، 1998، ص 247-248)

1-5- تحديات استخدام الوسائل التكنولوجية في التعليم:

على الرغم من الأهمية الكبرى التي تمثلها الوسائل التكنولوجية إلا أن بعض العراقيل أو التحديات ما زالت تقف حجرة عثرة في سبيل استخدامها في العملية التعليمية وأهمها ما يلي:

1-5-1- العراقيل المادية:

تتمثل أساسا في قلة الدعم المادي والصعوبة في توفير المالية اللازمة لتحويل التقنية من فكرة إلى إنتاج.

1-5-2- العراقيل الزمنية:

إذ تقل قيمة التقنية إذا لم تكن مستخدمة في الوقت المناسب وتطبيق ذلك على الوسائل التكنولوجية المتعددة، يلاحظ أنه لم يعرض البرنامج متزامنا مع فترة إنتاجية فإن جدواه لا تتحقق.

1-5-3- العراقيل البشرية:

إذ إن اختيار المادة أو المشكلة المراد حلها والإمكانات المطلوبة لهذا الحل تتطلب جهدا علميا وعمليا. (فاتح الدين شنين، 2014، ص 201)

1-5-4- العراقيل الإجرائية:

وتتمثل في ضرورة الاطمئنان على سلامة الأجهزة وصيانتها ووجود أكثر من جهة يعتمد عليها في توفير هذه المتطلبات.

- الاتجاهات السلبية نحو التقنيات الحديثة والحاسوب نتيجة حاجز الخوف والأمية.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

- رفض التغيير والتطور في البرمجيات التدريسية والتعليمية نتيجة لانعدام الدافعية للتجديد والتطوير.

ومما سبق ذكره لا يمكن الكشف عن هذه المعوقات إلا أنه من خلال المشاهدة والملاحظة لكثير من المهتمين في هذا المجال يمكن أن نرجع لعدة عوامل منها:

عدم ملائمة البرمجيات التعليمية الجاهزة والمتوفرة حاليا باللغة الأجنبية لعدم تطابقها مع البرامج العربية؛

عدم توفر المعلمين المدربين تدريباً كافياً على استخدام الحاسوب والتقنيات الحديثة والاستفادة منها ومن إمكانياتها بصورة كاملة في عمليتي التعليم والتعلم؛

عدم توفر برمجيات تربوية باللغة العربية جيدة ومقننة لتناسب طلبتنا وأساتذتنا ومناهجنا، والتي تحتاج في إعدادها إلى جهد من المختصين في المادة التعليمية التي تشملها البرمجية، وفي المناهج وطرائق التعليم، وعلم النفس التعليمي وذلك لإنتاج برمجية يطمأن لها؛

اختيار البرمجيات التعليمية المناسبة للطالب، فكما نعلم أن إنتاج البرمجيات سوف يظل لفترة طويلة معتمداً على الشركات المتخصصة في هذا الميدان، فهنا لا يمكن للأستاذ أن يختار ما يناسب طلبته ويحقق احتياجاتهم الفردية. (خالد محمد السعود، 2009، ص

(83

1-6 - أقسام الوسائل التعليمية:

لقد قسمت الوسائل التعليمية على اختلافها سواء التقليدية أو الحديثة إلى ثلاثة أقسام، نذكرها كالتالي:

الوسائل البصرية: يعتمد هذا النوع من الوسائل على حاسة البصر، وتتمثل في الكثير من الوسائل منها: وسائل العرض المختلفة الصماء كالسينما، والتلفاز والفيديو وجهاز عرض الشرائح (ميكروفيلم وميكروفيش) واللوحات، والصور، وجهاز الحاسوب.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

الوسائل السمعية: تكون حاسة السمع هي أساس في تعيين المثيرات المختلفة التي تتطلب الاستجابة لها ومنها: الإذاعة، أشرطة التسجيل وغيرها. (شاكر محمود عبد المنعم، 1999، ص 99-100)

الوسائل المختلطة (السمعية البصرية): تعتمد على حاستي البصر والسمع في توافر المثيرات المطلوب الاستجابة لها، وتشمل على الكثير من الوسائل منها: أجهزة العرض المختلفة الناطقة كالتلفاز والسينما وجهاز الفيديو، جهاز الصور الناطقة، وأجهزة الشرائح المصحوبة بتسجيلات صوتية وتعليقات وجهاز الحاسوب. (شاكر محمود عبد المنعم، 1999، ص 99-100)

1-7- مجالات استخدام الوسائل التكنولوجية:

تستخدم الوسائل التكنولوجية في عدة مجالات، ومن هنا يمكن التطرق إلى أربعة مجالات منها ما يلي:

1-7-1- التدريب:

يمكن استخدام الوسائل التكنولوجية في مجالات التدريب للأعمال في الشركات سواء كان التدريب للعاملين الجدد أو العاملين القدامى عند إضافة تقنيات جديدة للمؤسسة، فعلى سبيل المثال قد تحتاج مؤسسة ما لتدريب العاملين بالاستعانة بشركات متخصصة لذلك، وهذا يحتاج إلى كلفة عالية جدا لذا وجود تطبيق وسائط تكنولوجية بشرح كيفية العمل ويوفر الكثير على هذه المؤسسة سواء من الناحية المادية أو ناحية الوقت.

1-7-2- التعليم:

استخدام الوسائل التكنولوجية تجعل من العملية التعليمية عملية ممتعة سواء للمدرس أو للطالبة. (منى خالد محمود العياد، 2008، ص 12)

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

وهذه الوسائل تقوم بشرح الدرس للطلبة من خلال عرض الرسومات والصور والصوت الذي يعرف من هدف الحصة على شكل فيلم يجعل من انتباه الطلبة وتفاعلهم بشكل أكبر بحيث يتابع الطلبة دون ملل وتكون الفائدة أكبر.

1-7-3- التسلية:

لا تعتبر التسلية خطأً فالكثير من الألعاب المتوفرة الآن تعتبر نوع من الوسائل التكنولوجية والكثير من هذه الألعاب تكون تعليمية ومسلية، كما أن عدداً منها يكون مفيد في تطوير عمليات التفكير والذكاء لدى المستخدمين.

1-7-4- معالجة البيانات:

عند تخزين البيانات في الحاسوب مثلاً نحتاج إلى إجراء معالجة لمثل هذه البيانات للوصول إلى قرارات، وحتى تكون العملية سريعة تستخدم وسائل تكنولوجية حديثة لأداء هذه المهمة بشكل أسرع وفعالية أكبر. (فاتح الدين شتين، 2014، ص283)

1-7-5- الإنترنت:

إن الوسائل التكنولوجية تستخدم في الإنترنت لتضفي على الموضوع حيوية أكثر فإن احتوى موضوع على وسائل متعددة بكافة عناصرها الفعلية سنلاحظ السرعة في فهم الموضوع والتفاعل الكبير معه. (محمد حسين بصبوص وآخرون، 2004، ص22).

كما تستخدم الوسائل التكنولوجية في عدة مجالات وقطاعات أخرى نذكرها منها: الاتصالات، النشر المكتبي، معالجة النصوص، قواعد البيانات... الخ. (حسنين شفيق، 2008، ص158-160)

1-8- أسس ومعايير اختيار الوسائل التكنولوجية التعليمية:

1-8-1- مناسبة الوسائل للأهداف التعليمية:

ينبغي موازنة الوسيلة للهدف أو الأهداف العامة والغايات والمرامي للبرامج التعليمية في ضوء فلسفة التعلم في ظل التطور التكنولوجي.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

1-8-2- ملائمة الوسائط للخصائص المميزة للمتعلمين:

يتوقف اختيار الوسائط على الخصائص المميزة للمتعلم والمتمثلة في الذكاء والمستوى الثقافي والاجتماعي والقدرات الجسمية والعقلية والنفسية... (خالد محمد السعود، 2009، ص 77)

1-8-3- مناسبة الوسائط للمحتوى وجوانب التعلم:

تسهم عملية تحديد ووصف محتوى الدرس في كيفية اختيار الوسائط التكنولوجية التعليمية الملائمة لذلك المحتوى.

1-8-4- صدق المعلومات ومطابقتها للواقع:

ينبغي أن تكون المعلومات التي تقدمها الوسائط صادقة ومطابقة للواقع، وأن تعطي صورة متكاملة عن الموضوع.

1-8-5- أن تكون اقتصادية:

بمعنى أن تكون غير مكلفة والعائد التعليمي منها مناسباً لتكلفتها.

إمكانية استخدامها مرات متعددة: يجب أن تتميز الوسائط بإمكانية استخدامها أكثر من مرة. (ياسين حجر، بحرية باسماويل، د. س، ص 288)

1-9- شروط نجاح الوسائل التكنولوجية في العملية التعليمية:

يمكن تلخيص شروط نجاح الوسائل التكنولوجية في العملية التعليمية فيما يلي:

- أن تكون مناسبة للعمر الزمني والعقلي للمتعلم.
- أن تكون برامج الوسائط التكنولوجية التعليمية نابعة من المقرر الدراسي فتساهم في تحقيق أهدافه.
- أن تجمع بين الدقة العلمية والجمال الفني، مع المحافظة على وظيفة الوسيلة بحيث لا تغلب الناحية الفنية لها على المادة العلمية.
- أن تتناسب مع البيئة تعرض فيها من حيث عاداتها وتقاليدها ومواردها الطبيعية والصناعية.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

- أن تكون مبسطة بقدر الإمكان وأن تعطي صورة للأفكار والحقائق العلمية.
- أن تكون الرموز المستعملة ذات معنى مشترك وواضح بالنسبة للمدرس والمتعلم.
- أن يكون فيها عنصر التشويق والجاذبية والحركة قدر الإمكان.
- أن يغلب عليها عنصر المرونة بحيث يمكن تعديل الوسيلة لتحقيق هدف جديد من خلال إدخال إضافات أو حذف بعض العناصر فيها.
- أن تحدد المدة الزمنية لعرضها والتي تتناسب مع المتعلمين وطبيعة المادة التعليمية.

(ياسين حجر، بحرية باسمايل، د. س، ص 229)

1-10- الاستفادة من مستحدثات الوسائل التكنولوجية في التعليم:

يمكن تلخيص أهم النقاط الرئيسية المتضمنة لفوائد استخدام مستحدثات الوسائل

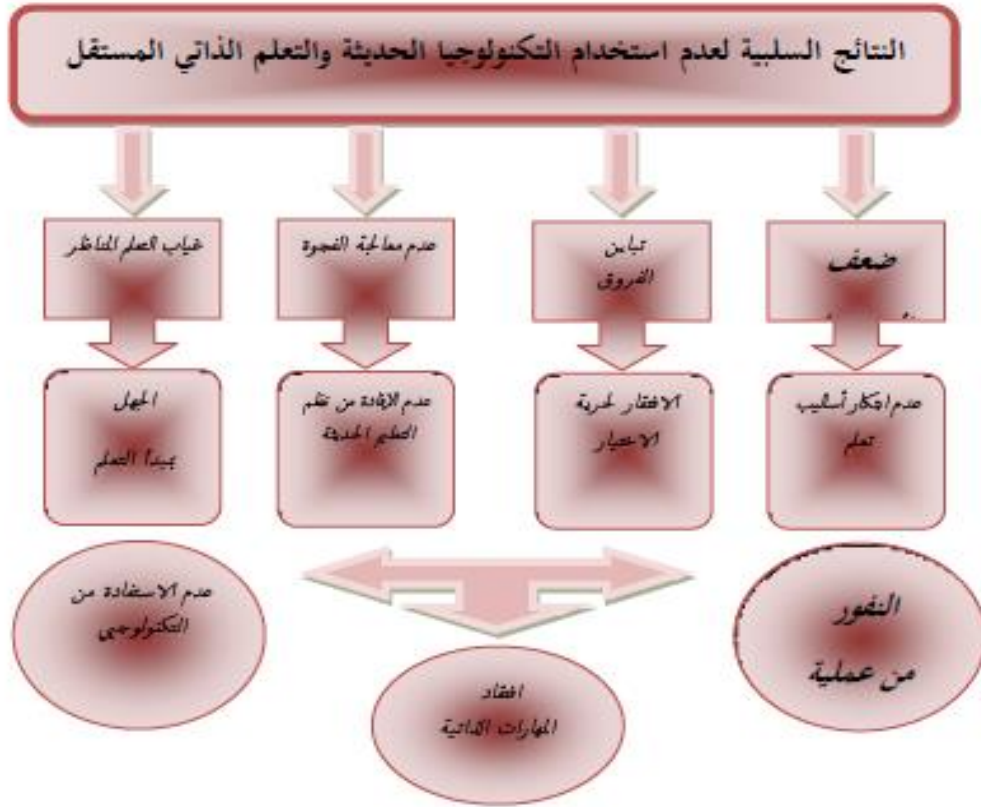
التكنولوجية في التعليم في ما يلي:

- رفع كفاءة العملية التعليمية نحو إيجاد بيئة تعليمية مناسبة.
- بناء تصور التصور الحركي للمهارات الحركية.
- فاعلية التدريس واستثارة وبت النشاط في المتعلم.
- المساعدة في التدريس لأعداد كبيرة من المتعلمين والاهتمام بالتعليم الفردي.
- مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين والاهتمام بالتعليم الذاتي.
- تحقيق مبدأ السرعة في التعليم وتوفير الوقت والجهد.
- تعدد مصادر التعليم والتنوع والتسهيل في عمليتي التعليم والتعلم.
- التأثير الاتجاهات السلوكية.
- تحسين كفاءة وإعداد وتدريب معلم التربية والرياضية. (مصطفى السايح محمد،

(2009، ص 123)

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

1-11- النتائج السلبية لعدم استخدام الوسائل التكنولوجية في التعليم:



الشكل رقم 01: يوضح النتائج السلبية لعدم استخدام التكنولوجيا الحديثة والتعلم الذاتي المستقل. (أحمد المغربي، 2007، ص 207)

1-12- دور المعلم والمتعلم عند استخدام الوسائل التكنولوجية في التعليم:

1-12-1- دور المعلم:

- المعلم هو مدير العملية التعليمية التعلمية وموجه ومرشد، عند استخدام المعلم لتكنولوجيا التعليم كطرائق لارتقاء بالعملية التعليمية فإن دوره يستلزم ما يلي:
- التخطيط لكيفية استخدام الوسائل التكنولوجية وتشغيلها واختيار أنسبها لتحقيق الأهداف التعليمية التي سبق تحقيقها.
 - أن يكون موجه ومرشدا لسلوك المتعلم عن طريق تسجيل ملاحظات عن مدى تقدم المتعلم.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

1-12-2- دور المتعلم:

المتعلم إيجابي نشط فهو محور العملية التعليمية، يتلقى البرنامج التعليمي من خلال الوسائل المختلفة سواء كان الكمبيوتر التعليمي أو التلفزيون التعليمي أو الكتاب المبرمج... إلخ، فهو الذي يقرأ ويتابع سير البرنامج وهو الذي يقوم بالإجابة عن التساؤلات المحددة في البرنامج ونتيجة لذلك يتلى تغذية راجعة لهذه الاستجابات والتي تساعده على تعلم أفضل. ولذلك نجد أن المتعلم مشارك فعل في الموقف التعليمي ومتقن للمادة التعليمية.

(وفيقة مصطفى حسن أبو سالم، 2007، ص 136-137)

1-13- أهمية الوسائل التكنولوجية في مجال التربية البدنية والرياضية:

للساائل التكنولوجية مزايا أهمية في مجال التربية البدنية والرياضية بصفة عامة، فهذه الأخيرة لها أهمية على كل الأشخاص منذ الصغر وليس طلبة أو دارسي حصص التربية البدنية والرياضية فقط، بحيث تساهم في تحقيق أهداف تعليمية منها:

- تكوين بنية معرفية لدى المتابعين للرسائل وال فقرات الإذاعية أو التلفزيونية أو غيرها..، وذلك فيما يرتبط بمفاهيم وأهداف ووسائل التربية البدنية والرياضية بوجه عام.

- تنمية الثقافة المرتبطة بهذا المجال بغرض محور الأمية المرتبطة بالعديد من المفاهيم والقضايا التي يتكون عنها مدركات خاطئة لدى بعض الأفراد أو الفئات المختلفة في المجتمع، وذلك بما يرتبط بالتربية البدنية والرياضية.

- تدعيم المبادئ والقيم التربوية وترسيخها في الأشخاص منذ الصغر من خلال الاهتمام بالتنشئة الاجتماعية لهم في المجال الرياضي مع التأكيد على أن كل من التربية البدنية والرياضية إنما ينتمي للمجال التربوي الاجتماعي الزاخر بالقيم والمبادئ.

- تكوين الاتجاهات نحو التربية البدنية والرياضية التنافسية والرياضة للجميع بغرض زيادة الطلب على المشاركة الفعالة في أوجه نشاطاتها، وذلك من خلال توضيح أهميتها في حياة الإنسان والمجتمع، كذلك التأكيد على مدى الحاجة إلى ممارستها للوقاية من بعض أضرار.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

- تكوين رأي عام وأفكار مبنية على حقائق ومعلومات صادقة ومناقشات علمية جادة للمشكلات المعاصرة للتربية البدنية والرياضية وذلك بغية لحل عدة مشكلات منها: عدم اهتمام المسؤولين عن التعليم بالتربية البدنية والرياضية، عزوف النشء والشباب عن ممارسة أشكال التربية البدنية والرياضية. (عامر زيلح، 2015، ص 31-32)

1-14- دور الوسائل التكنولوجية في مجال التربية البدنية والرياضية:

يكمن دور التكنولوجيا الحديثة في مجال التربية البدنية الرياضية في تطوير وتحسين الأداء الفني للمتعلمين عن طريق عرض نماذج حقيقية ذات جودة عالية باستخدام شرائط الفيديو مثلا، كما يفيد تكرار تقديم المادة التعليمية المتعلقة بالمهارات التعليمية المركبة في تحسين مستوى الأداء، وزيادة على ذلك التكنولوجيات على استخدام استراتيجيات المعنى والمعرفة في الجانب النظري للمهارات الحركية من خلال استخدام شرائط المسجلات والأسطوانات، وكذا استخدام أجهزة السرعات العادية والبطيئة في عملية تعليم المهارات الحركية بغرض التعمق أكثر في فهم مجموعة حركات المهارة وفهم مراحل أدائها. (سلمى كوند، 2018، ص 274)

أما بالنسبة للمدرس فهي تساعده على فهم المسائل التي ترتبط بترتيب وتنظيم الأدوات والأجهزة الخاصة بالدراسة وتقسيم التلاميذ إلى عدد متكافئ من المجموعات مهاريا وبدنيا، والقيام كذلك بتصميم جداول المباريات وحفظ نتائجها. (السايع مصطفى، 2004، ص 182)

1-15- أنواع التكنولوجيات المستخدمة في مجال التربية البدنية:

1-15-1- تكنولوجيا الفيديو:

وتتمثل في أشرطة الفيديو بحيث تحتوي على مقاطع لحركات رياضية أو ألعاب ومهارات حركية.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

1-15-2- تكنولوجيا الوسائط المتعددة:

وهي البرامج المعدة التي تتعامل مع الكمبيوتر والتي تقدم محتوى المادة المراد فهمها أو تعلمها للمعلمين من خلال مزيج من النصوص المكتوبة والرسومات والأصوات والموسيقى والرسوم المتحركة والثابتة.

1-15-3- أجهزة الآيباد والهاتف النقال:

بحيث أن استخدام هذه التقنية أصبح اليوم مؤشرا على تطور نوعي مهم في البيئة التعليمية، وكأداة للتواصل بين المشاركين في العملية التعليمية وما تحققه من تيسير التواصل، وسهولة العمل، وسرعة القرار، وأن تحسين عناصر الجودة النوعية في النظام التعليمي والاهتمام بمدخلاته وعملياته أصبح مرتبطا إلى حد كبير باستخدام التقنيات الحديثة بهدف توفير بيئة مناسبة ومحفزة للمعلم لتقديم كل ما لديه من خبرة وكذلك تطبيق كل ما هو جديد ومفيد داخل المدرسة.

وتوجد كذلك وسائل تكنولوجية أخرى تدخل ضمن وسائل النشاط الرياضي مثل: اللوحات الالكترونية لتحديد الزمن، ووسائل قياس السرعة وغيرها. (سلمى كوندو، 2018، ص 275-276)

1-15-4- تكنولوجيا الإنترنت:

بحيث تساعد المدرس في جمع معلومات هامة عن الصحة الرياضية في المدارس وعلم النفس الرياضي وعلم الاجتماع الرياضي... (السايع مصطفى، 2004، ص 194)

1-15-5- تكنولوجيا الحاسب الآلي:

أسهم بالكثير في مجال التربية البدنية والرياضية من خلال حفظ البيانات المرتبطة بالمدرّب أو المدرس، وحفظ المستويات المهارية والبدنية، كما يساهم في جدولة نتائج الاختبارات وتحضير وإخراج الدرس، وتسجيل كل ما يتعلق بالأدوات والأجهزة والوسائط والملاعب ومدى صلاحيتها، وبالإضافة إلى هذا يساعد في تحليل الحركات والمهارات التي

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

يحتويها المنهج وتسهيل عمليات التعلم واختصار الوقت في العملية التعليمية. (سلمى كوند، 2018، ص 276)

فاستخدام الحاسوب في مجال التعلم كأحد أساليب تكنولوجيا التعليم يعزز أهداف التعليم، ويقوم بدور الوسائل التعليمية في تقديم الصور الشفافة والأفلام والتسجيلات الصوتية وغيرها، كما أنه يثير جذب انتباه المتعلم فهو وسيلة مشوقة في التعليم تخرج المتعلم من روتين الحفظ والتلقين وتجعله أكثر فاعلية ونشاطا وتزيد من دافعيته نحو التعلم. (محسن علي عطية، 2010، ص 266)

1-16 - التقنيات التكنولوجية المستخدمة في التربية البدنية والرياضية:

يعد درس التربية الرياضية أصغر وحدة في البرنامج التعليمي إلا أنه يحمل في طياته هدف التربية الرياضية بأغراضه المتعددة، ولتحقيق هدف الدرس يجب الاستعانة بالوسائل التعليمية الحديثة التي تختصر الوقت والجهد لإتمام هذا الهدف الكبير، وتتمثل فيما يلي:

- استخدام جهاز عرض الشرائح في توضيح التسلسل الحركي للمهارة، مثل مهارة التصويب أو الخداع في كرة اليد... الخ، كما يستخدم لعمل مقارنات بين المهارات أو الألعاب المختلفة فمثلا يمكن استخدامه في المقارنة بين التصويب من القفز والتصويب من السقوط في كرة اليد.

_ استخدام الجهاز في عرض نماذج في رياضات مختلفة لمجموعة من اللاعبين الدوليين، فمثلا يمكن استخدامه في نموذج لضربة أو ركلة من ركلات الكاراتيه أو التشريح للجسم أثناء الطيران أو الوثب.

_ برنامج التحليل الحركي كينوفيا وهو برنامج يحتوي على خصائص التحليل الحركي مثل: التصوير البطيء، الإعادة، التوقيف اللحظي للقطعة، رسم الرموز والخطوط، حساب الزوايا، ويتميز كذلك بنظام العرض الثنائي الشاشة التي يمكن من المقارنة بين محاولات التلميذ الواحد، وبين محاولات التلاميذ الآخرين.

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

ومن هذا المنطلق يمكن القول أن التقنيات التكنولوجية في مجال التربية البدنية والرياضية متنوعة، ولكل تقنية مهامها في حصة التربية البدنية، من حيث مساعدة المدرس في الوصول إلى الأهداف المنوطة. (سلمى كوندو، 2018، ص 276-277)

1-17- وظائف الوسائل التكنولوجية المستخدمة في مجال التربية البدنية والرياضية:

تتعدد وظائف الوسائل التكنولوجية في مجال التربية البدنية والرياضية بتعدد أنواعها واستعمالاتها، حيث نحرها في ما يلي:

- _ جمع المعلومات من شبكة الإنترنت حول التربية البدنية والرياضية والمقررات الدراسية.
- _ التخطيط الفعال للدرس من خلال التعرف على مختلف العمليات التدريسية للمهارات واستيعابها وفهمها.
- _ إيجاد دافع لأداء المهارات الحركية والبحث عن محفزات لإثارة النشاط البدني وتعلم المهارات الحركية.
- _ تقويم المعلومات والأداء الحركي بهدف الكشف عن النواحي الإيجابية والسلبية في الدرس.
- _ تبادل الأفكار. (السايح مصطفى، 2004، ص 189).

الفصل الأول الوسائل التكنولوجية التعليمية

خلاصة الفصل:

تلعب الوسائل التكنولوجية الدور الفعال في العملية التعليمية، وذلك راجع للأهمية الكبيرة لها في مجال التعليم من خلال استخدام المستحدثات والتقنيات التكنولوجية في هذا المجال بصفة عامة وفي مجال التربية البدنية والرياضة بالخصوص، وعليه يمكن القول أن للوسائل التكنولوجية مجالات عديدة للاستخدام ومن بينها مجال التعليم، وهذا الأخير له عدة فروع ومجالات من بينها ما سوف نتطرق له في الفصل الثاني عن درس التربية البدنية والرياضية.

الفصل الثاني:

درس التربية البدنية

والرياضية

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

تمهيد:

يعتبر درس التربية البدنية و الرياضية الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية و الرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل، و تنفيذ دروس التربية البدنية و الرياضية يعتبر أحد واجبات الأستاذ.

إن لكل درس أغراض التربوية كما له أغراض بيئية، مهارية و معرفية، إذ يميزها عن غيره من الدروس في الوحدة التعليمية، كما أن الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية و الرياضية في الخطة الشاملة في منهاج التربية البدنية للمؤسسة التربوية، و هو يسعى لتحقيق الأهداف التربوية و التعليمية البالغة الأهمية، هذا ما يلزمنا على الاعتناء و التفكير بجدية في مضمون الدرس .

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

2- درس التربية البدنية والرياضية:

2-1- درس التربية البدنية و الرياضة وواجباته :

يعتبر درس التربية البدنية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل العلوم الطبيعية و الكيمياء و اللغة، و لكنه يختلف عن هذه المواد بكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات و خبرات حركية و لكنه يمدهم أيضا بالكثير من المعارف و الخبرات و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية و النفسية و الاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية بتكوين جسم الإنسان ذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل الألعاب الرياضية.

درس التربية البدنية يكسب الكثير من الصفات التربوية و السمات الخلقية الحسنة، و تهذيب النفس و ضبطها، و من واجبات درس التربية البدنية و الرياضية نجد:

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة و البناء البدني القويم.
- المساعدة على اكتساب التلميذ المهارات الحركية و وضع القواعد الصحيحة لكيفية ممارستها داخل و خارج المدرسة.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية.
- اكتساب المعارف و المعلومات و الحقائق عن طريق الحركة البدنية و أسسها أصولها البيولوجية و الفيزيولوجية و البيوميكانيكية.
- تدعيم الصفات المعنوية و السمات الإدارية و السلوك اللائق و التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية . (وزارة التربية والرياضة، 1996، ص94)

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

2-2- أهمية درس التربية البدنية والرياضية :

إن درس التربية البدنية و الرياضية لا يعمل فقط على تحقيق التنمية البدنية كما يعتقد البعض، بل يحقق أيضا التنمية العقلية، حيث يمد التلاميذ بالكثير من المعارف والمعلومات التي تعطي الجوانب الصحية و النفسية و الاجتماعية بالإضافة إلى معلومات تغطي الجوانب العلمية.

وتعتبر التربية البدنية و الرياضية عملية توجه للنمو البدني باستخدام التمرينات البدنية، و هو أيضا احد الممارسات التي تحقق النمو الشامل المتون للتلاميذ على مستوى الثانوية، كما تحقق احتياجاتهم البدنية طبقا لقدراتهم الحركية، كما يعطي الفرصة للاشتراك في أوجه النشاط الرياضي التنافسي داخل المدرسة و خارجها، و بهذا الشكل فإن درس التربية البدنية و الرياضية يحقق الأغراض التي رسمتها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني و الصحي للتلاميذ على كل المستويات ولاسيما التعليم الثانوي. (وزارة التربية والرياضة، 1996، ص 94)

2-3- أهداف درس التربية البدنية والرياضية :

يسعى درس التربية البدنية و الرياضية إلى تحقيق و لو جزء من الأهداف التعليمية والتربوية مثل الارتقاء بالكفاءة الوظيفية للأجهزة الداخلية للمستلم وكذا اكتسابه المهارات الحركية أساليب السلوكيات السلبية و تتمثل الأهداف في:

2-3-1- أهداف تعليمية:

إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية هو رفع القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه عام و ذلك بتحقيق مجموعة الأهداف الجزئية الآتية:

- تنمية الصفات البدنية مثل القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة و المرونة.
- تنمية المهارات الأساسية مثل الجري، الوثب، الرمي، التسلق، المشي.
- تدريس و اكتساب التلاميذ معارف نظرية، رياضية، صحية، و جماعية.

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

و التي يطلب إنجازها سلوكا معيناً و أداءاً خاصاً، و بذلك تظهر القدرات العقلية للتفكير و التصرف، فعند تطبيق خطة في الهجوم أو الدفاع في لعبة من الألعاب يعتبر موقفاً يحتاج إلى تصرف والذي يعبر عن نشاط عقلي إزاء الموقف(عباس أحمد السمراي وبسطويسي أحمد بسطوسي، 1984، ص 80)

2-3-2- أهداف تربوية :

إن درس التربية البدنية و الرياضية لا تغطي مساحة زمنية فقط، و لكنها تحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسات التعليمية في مجال النمو البدني و الصحي للتلاميذ على كل المستويات وهي كالآتي:

أ- التربية الاجتماعية والأخلاقية :

إن الهدف الذي تكتسبه التربية البدنية في حقل الصفات الخلقية، و التكيف الاجتماعي يقترن مباشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، و بما أن حصة التربية البدنية حافلة بالمواقف التي تتجسد فيها الصفات الخلقية و كان من اللازم أن تعطي كلاهما صيغة أكثر دلالة، ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون، التضحية، إنكار الذات، الشجاعة و الرغبة في تحقيق إنجازات عالية، حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه و هذا قصد تحقيق الفوز و بالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية أن يحقق أهداف الدرس. (عباس أحمد السمراي، بسطويسي أحمد، 1984، ص 72)

ب- التربية لحب العمل :

درس التربية البدنية و الرياضية يعود التلميذ على الكفاح في سبيل تخطي المصاعب و تحمل المشاق، و خير دليل على ذلك هو تحطيم الرقم القياسي الذي يمثل تغلباً على الذات، و على المعوقات و العراقيل، هذه الصفات كلها تهيأ التلميذ لتحمل مصاعب العمل في حياته المستقبلية. تمثل المساعدة التي يقوم بها التلميذ في

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

درس التربية البدنية و الرياضية كإعداد الملعب و حمل الأدوات و ترتيبها عملا
جسمانيا يربي عنده عادة احترام العمل اليدوي و تقدير قيمته.

ج- التربية الجمالية :

إن درس التربية البدنية و الرياضية يساهم في تطوير الإحساس بالجمال، فالحركة
الرياضية تشتمل على العناصر الجمالية بصورة واضحة مع انتساب ورشاقة و قوة و
توافق.

وتتم هذه التربية الجمالية عن طريق تعليقات الأستاذ القصيرة كأن يقول:"هذه
الحركة جميلة"، أو جميلة بنوع خاص(عباس أحمد السمراي، بسطويسي أحمد،
1984، 73)

و تشتمل التربية الجمالية أيضا على تحقيق نظافة المكان و الأدوات و الملابس في
درس التربية البدنية حتى ينمو الإحساس بالجمال الحركي.

2-4- أغراض درس التربية البدنية والرياضية :

إن لدرس التربية البدنية و الرياضية أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية
في المجال المدرسي أولا، ثم على المجتمع كله ثانيا.

و لقد وضع الكثير من الباحثين و المفكرين هذه الأغراض الخاصة بدرس التربية
البدنية و الرياضية فحدد كل من " عباس أحمد صالح السمراي "و " أحمد السيطويسي
أهم هذه الأغراض فيما يلي :الصفات البدنية،النمو الحركي،الصفات الخلقية الحميدة،
الإعداد و الدفاع عن الوطن، الصحة و التعود على العادات الصحية السليمة،النمو
العقلي، التكيف الاجتماعي (عباس أحمد السمراي، بسطويسي أحمد، 1984،
ص73)

"

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

و من جهة أخرى أشارت " عنايات محمد أحمد فرج "إلى ما يلي:و ينبثق على أهداف التربية البدنية العديد من الأغراض التي يسعى درس التربية البدنية و الرياضية إلى تحقيقها مثل:

الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم والصفات البدنية و اكتساب المهارات الحركية و القدرات الرياضية و اكتساب المعارف الرياضية و الصحية و تكوين الاتجاهات القومية الوطنية و أساليب السلوك السوية.

و يمكن تلخيص أهم أغراض درس التربية البدنية و الرياضية كالآتي:

2-4-1- تنمية الصفات البدنية :

يرى " عباس أحمد السمراي "و" البسطويسي أحمد بسطويسي "أن أهم أغراض درس البدنية و الرياضية :تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية و السرعة، التحمل الرشاقة، و المرونة وتقع أهمية هذه الصفات أو العناصر وتنميتها في مجال الرياضة المدرسية فقط من المواقع علاقاتها بتعلم المهارات و الفعاليات الرياضية المختلفة الموجودة في المناهج المدرسي، بل تتعدى هذه الأهمية لحاجة التلميذ إليها في المجتمع وتقول " عنايات محمد أحمد فرج "الغرض الأول الذي يسعى درس التربية البدنية و الرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية، ويقصد بالصفات البدنية، الوظيفية لأجهزة جسم الإنسان . وترتبط ارتباطا وثيقا بالسميات النفسية و الإرادية للفرد (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص 56)

وعن مميزات النمو العقلي للفئة العمرية (18 - 15 سنة) يقول " محمد حسن

العلوي "ما يلي:

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

تتضح القدرات العقلية المختلفة وتظهر الفروق الفردية في القدرات و تتكشف استعداداتهم الفنية و الثقافية و الرياضية و الاهتمام بالمتفوق الرياضي واتضح المهارات البنية.

(محمد صبحي حسنين، 1995، ص 21)

2-4-2- تنمية المهارات الحركية :

يعتبر النمو الحركي من الأغراض الرئيسية لدرس التربية البدنية و الرياضية، ويقصد بالنمو الحركي تنمية المهارات الحركية عند المتعلم، و المهارات الحركية تنقسم إلى مهارات حركية طبيعية و فطرية التي يزاولها الفرد تحت الظروف العادية مثل العدو، المشي، القفز.....

أما المهارات الرياضية فهي الألعاب أو الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ و لها تقنيات خاصة بها، ويمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية(عباس أحمد السمراي، بسطويسي أحمد، 1984، ص 27)

2-4-3- النمو العقلي :

إن عملية النمو معقدة ويقصد بها التغيرات الوظيفية و الجسمية و السيكلوجية التي تحدث للكائن البشري وهي عملية نضج القدرات العقلية، ويلعب أستاذ التربية البدنية و الرياضية دورا ايجابيا وفعالا في هذا النمو بصورة عامة و النمو العقلي بصورة خاصة.

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

2-5- محتوى درس التربية البدنية و الرياضية:

يحتوى الدرس على ثلاثة أقسام:

2-5-1- القسم التحضيري:

وهو إعداد التلاميذ نفسيا لتقسي ومعرفة الواجبات الحركية المختلفة و الجزء التحضيري و يضمن بداية منظمة للدرس و يحدد نجاح المدرس، و الحالة النفسية للتلاميذ ومن أهم مميزات هذا الجزء:

❖ تمرينات بسيطة.

❖ تمرينات غير مملة.

❖ تمرينات مسلية.

❖ تناسب التمارين مع جنس و سن التلاميذ.

2-5-2- القسم الرئيسي :

فيه جزءان جزء تعليمي و تطبيقي.

التطبيقي :وهو نقل الحقائق و الشواهد و المفاهيم للاستخدام في الواقع العلمي ويقدم في الألعاب الفردية كألعاب القوى، الجيد و الألعاب الجماعية، كرة اليد، و القدم ، وأهم مميزاتة وهو بروز روح التنافس مما يؤدي إلى نجاح الحصة التدريبية.

أما التعليمي :فيه المهارات و الخبرات و الواجب تعلمها سواء كانت في لعبة

فردية أو جماعية، كالجري، الكرة الطائرة.

2-5-3- القسم الختامي:

وهدفه الرجوع إلى الحالة الطبيعية وتهدئه أعضاء الجسم و عودتها إلى مرحلة ما

قبل القيام بالحصة و يتضمن عدة تمرينات للتهدئة و الاسترجاع،كالنفس،الاسترخاء

وتمارين ذات الطابع الهادئ(محمود عوض السيوطي، فيصل ياسين الشاطي، 1992،

ص 97)

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

2-6- الطبيعة التربوية لدرس التربية البدنية والرياضية :

كما سبق وأن التربية في أبسط معنى لها عملية التوافق أو التكيف وهي حسب ذلك المفهوم عبارة عن عملية تفاعل بين الفرد وبيئته المحيط الاجتماعي للوصول للأهداف الموجودة باكتساب الفرد للقيم والاتجاهات التي تفرضها البيئة و التربية بهذا المعنى ظاهرة ممارسة ، حيث يتعلم الإنسان عن طريقها، سواء في الفصل أو المكتبة أو الملعب ودرس التربية البدنية من حيث الواجب التربوي يؤدي أيضا هذه المهمة فالتلاميذ بوجودهم في جماعة فان عملية التفاعل تتم بينهم في إطار القيم و المبادئ للروح الرياضية التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية فهي تعمل على تسمية الصفات الأخلاقية كالطاعة وصيانة الملكية العامة و الشعور بالصدقة و الزمالة و المثابرة و اقتسام الصعوبات مع الزملاء، وتداخل صفة الشجاعة و القدرة على اتخاذ القرار بمساهمة المعلم و معاونيه في تأدية الحركات و الواجبات مثل :القفز في الماء، مصارعة الزميل، التنافس ضد الزمن و الثقل لتحقيق الكثير من الصفات وهذه الصفات تلعب دورا كبيرا في بناء الشخصية الإنسانية و تكسبها طابعا متميز (محمود عوض السيوطي، فيصل ياسين الشاطي ، 1992، ص 95)

2-7- تحضير درس التربية البدنية والرياضية :

يتطلب ذلك أن يكون الأستاذ متمكنا من مادته مخلصا في بذل الجهد، ديمقراطيا في تعليمه و معاملته، ولكي يكون التحضير ناجحا من الناحية التربوية و النظامية يجب مراعاة ما يلي:

1- اشتراك التلاميذ في وضع البرنامج فهذه العملية الديمقراطية فيها تدريب لشخصية

التلميذ .

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

فهي تشعره بأن هذا البرنامج برنامج وأنه لم يفرض عليه بل اشتراك في وصفة فيكون تفاعله معه قويا فيقل بذلك انصرافه عن النشاط الموضوع إلى نشاط آخر أو بمعنى آخر الخروج عن النظام الموضوع.

2- أن تكون أوجه النشاط ملائمة لمواصفات و مميزات أطوار النمو و التطور للمرحلة التي وضع لها البرنامج، في ا رعى ميولهم و رغباتهم و قدراتهم، وهذا يجعل التلاميذ يرون هدفا يتماشى مع ما يحبونه فيقبلون على النشاط بروح عالية.

3 -إدخال أوجه النشاط التي تحتوي على المنافسة حيث يؤدي ذلك إلى جعل الموقف التربوي مشحونا بالانفعال مما يضمن عدم انصراف التلاميذ من الحصة.

4- أن يكون في الدرس أوجه نشاط كافية لكل تلميذ خلال الفترة المخصصة له.

(مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص 103)

2-8- الأسس التي يجب مراعاتها عند تحضير درس التربية البدنية والرياضية:

- ✚ يجب تحديد الهدف التعليمي و التربوي لكل درس.
 - ✚ تقسيم المادة وتحديد طريقة التدريس التي سوف تتبع.
 - ✚ تحديد التكوين و النواحي التنظيمية.
 - ✚ مراعاة التقسيم الزمني للدرس.
 - ✚ مراعاة عدد التكرارات، التمارين وفترة الراحة.
 - ✚ تحضير الأدوات عند بداية الدرس، فمثلا عند تعليم تقنية الجري و محاولة تبديل الأماكن في الصفوف يجب على الأستاذ بتخطيط الملعب حتى يمكن إلى الديناميكية و الجدية في الأداء.
 - ✚ الاهتمام بنقاط التعليمية المرتبطة بالحركة.
 - ✚ يجب الفصل بين التلاميذ ذوي المستويات الجيدة و التلاميذ ضعاف المستوى.
- (مكارم حلمي أبو هراجة و محمد سعد زغلول 1999، ص 95)

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

2-9- شروط درس التربية البدنية والرياضية :

- يجب أن يتماشى درس التربية البدنية و الرياضية مع الظروف التي تملئها طبيعة الجو من جهة، و عامل السن و الجنس من جهة أخرى، و لا يمكن إهمال دور الأجهزة و الأدوات المتوفرة، لذا يجب تخضع للشروط التالية:
- أن يجب أن يحتوي تمارين متنوعة تخدم حاجة الجسم في النمو و القدوة.
- أن يتكرر أداء التمرين الواحد في الحصة عدة مرات و ذلك من أجل الوصول للهدف من وضع التمرين من ناحية، و يسهل حفظه و أدائه من ناحية كافية، و يجب الأخذ بعين الاعتبار عدم الإطالة في التمرين كي لا يصبح مملا.
- إذا كانت بعض حركات التمرين تدرب جهة واحدة من الجسم، عندها يتوجب تدريب الناحية الثانية كتدريب أولي و بصورة خاصة تمارين الجذع، فمثلا إذا أعطي تمرين فني في الجذع في الجانب الأيسر يجب إعادته في الجانب الأيمن و ذلك خوفا من إحداث تشوهات في الجسم.
- يجب أن يتوافق الدرس مع الزمن المخصص لها كي يصل الأستاذ إلى الغاية الموجودة في الإفادة، و أن لا يضطر إلى حذف بعض التمارين أو الإسراع في البعض الآخر.
- تعويد التلاميذ على الاعتناء بالأدوات و الأجهزة و ترتيبها، و يجب أن يسير العمل في النظام و الطاعة و المرح.
- إن لشخصية الأستاذ و حماسه للعمل أثر كبير على إقبال التلاميذ و الوصول للغاية المرجوة من النشاط.
- يجب الأخذ بعين الاعتبار فارق السن و اختلاف الجنس بين التلاميذ و انتقاء التمرين المناسب (مكارم حلمي أبو هراجة و محمد سعد زغلول، 1999، ص 95)

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

2-10- تقويم درس التربية البدنية والرياضية :

يجب على معلم التربية البدنية و الرياضية أن يعمل على تقويم الدرس بصفة مستمرة من خلال ما يلي:

- 1-التقويم البدني و المهاري و المعرفي للدرس (تقويم شامل).
 - 2-قياس النتائج لكل وحدة من وحدات الدرس.
 - 3 -استخدام وسيلة التقويم كأنها جزء من الدرس.
 - 4 -استخدام أساليب مختلفة للقياس تتناسب مع الدرس.
 - 5-تشجيع المتعلمين على التقويم الذاتي و المشترك.
- استخدام أساليب مختلفة أثناء التقويم فيما يلي : بطاقة التسجيل التقرير الملاحظة.
(مكارم حلمي أبو هارجة، سعد زغول، 1999، ص 103)
- ### 2-11- خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية :

تبدأ أولى خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية عند مقابلة الأستاذ للتلاميذ بحجرة الدراسة مرة أخرى عقب تأديتهم لأوجه النشاط الرياضي المخصصة للحصة، ويكون التسلسل الطبيعي للخطوات التنفيذية للحصة عادة كما يلي:

- قابلة الأستاذ للتلاميذ.
- خلع الملابس واستبدالها بملابس التربية الرياضية أو تخفيفها.
- الذهاب إلى المكان المخصص للحصة.
- تنفيذ أوجه نشاط الحصة.
- الاصطفاف لأخذ الغياب، والاصطفاف بعد الانتهاء من الحصة الأداء النشاط الختامي.

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

2-12- متطلبات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية:

هناك متطلبات أساسية يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية مراعاتها عند تنفيذ الحصة، وتتمثل فيما يلي:

✓ يجب على الأستاذ الصعود إلى القسم المقابلة للتلاميذ ثم النزول بهم إلى المكان المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية، ويساعده في ذلك مسؤول القسم من التلاميذ.

✓ أن يسود الهدوء والنظام أثناء توجه التلاميذ من القسم إلى المكان المخصص للحصة.

✓ يبدأ تنفيذ أجزاء الحصة طبقاً للنظام الموضوع لذلك.

✓ يجب أن يقف الأستاذ في مكان يرى منه جميع التلاميذ ويرونه حصة التربية البدنية والرياضية.

✓ يحسن إرشاد التلاميذ إلى النقاط المهمة أثناء قيامهم بالحركات، وتشجيعهم بالمعززات الموجبة بصفة مستمرة.

✓ أن يقف التلاميذ أثناء حصة التربية الرياضية بعيداً عن الأقسام الدراسية والورشات في المدارس التقنية.

✓ يجب على الأستاذ الاهتمام بتوزيع الحمل على أجزاء الحصة.

✓ أن يكون الشرح أثناء تنفيذ الحصة موجزاً ومفيداً وبصوت مناسب يسمعه ويفهمه جميع التلاميذ، وأن يكون باعثاً على النشاط، وأن يتناسب صوت الأستاذ مع عدد التلاميذ ومكان الحصة، فلا يكون مرتفعاً منكراً، ولا منخفضاً فاتراً يدعو إلى الملل.

✓ يجب أن يكون تحرك الأستاذ بين التلاميذ بشكل سليم في الوقت المناسب الذي يتطلب ذلك. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص 203)

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

- ✓ يجب على الأستاذ الاهتمام بمظهره الشخصي.
- ✓ أن يكون الملعب المعد للحصة نظيفا وخاليا من العوائق.
- ✓ يجب على الأستاذ استعمال الصفارة، بشكل مناسب وفي الوقت المناسب أثناء تنفيذ الحصة.
- ✓ يجب عدم ترك التلاميذ في وضع السكون لفترات طويلة أثناء الشرح.
- ✓ يجب أن يهتم الأستاذ بالتربية النظافية في مقدمة الحصة وفي الجزء الختامي.
- ✓ يجب أن يهتم الأستاذ بجمع التلاميذ أثناء الحصة ويعاملهم معاملة واحدة.
- ✓ يجب أن يكون لدى التلاميذ قدرة على للابتكار أثناء تنفيذ الحصة.
- ✓ يجب استخدام الوسائل التعليمية في الحصة.
- ✓ عدم استخدام الوسائل التعليمية في الحصة.
- ✓ أن تتسم الحصة بالاستمرارية وعدم التوقف.
- ✓ عدم استخدام الألفاظ غير المناسبة تربويا مع التلاميذ.

2-13- استمرارية حصة التربية البدنية والرياضية:

- لكي يتمكن الأستاذ من استمرارية الحصة بدون توقف، يجب مراعاة ما يلي:
- أن يكون هناك ترابطا بين أجزاء الحصة أثناء التنفيذ - تجنب عمل التشكيلات والتكوينات (الصفوف - القاطرات - الدوائر).
- تأدية جميع أجزاء الحصة والمتعلمون في حالة انتشار في الملعب.
- يجب عدم ترك المتعلمين في وضع السكون لفترات طويلة أثناء الشرح.
- تجهيز الأدوات والأجهزة في الملعب قبل بداية الحصة.
- عدم التركيز بشكل كبير على الأخطاء البسيطة لبعض المتعلمين.
- إرشاد المتعلمين إلى النقاط المهمة يكون أثناء قيامهم بالحركات.

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

- استخدام وسيلة التقويم كأنها جزء من الحصة. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص 203-205)

2-14- طرق إخراج حصة التربية البدنية والرياضية:

يقصد بطرق إخراج الحصة هو استخدام جميع الوسائل والإمكانيات التي تساعد على تنظيم التلاميذ بشكل ديناميكي والتي يمكن من خلال ذلك الوصول إلى الهدف المرجو بطريقة سريعة وبسيطة.

أما الطرق الشائعة في إخراج حصة التربية البدنية والرياضية هي كالاتي:

2-14-1 - الطريقة الجماعية:

في هذه الطريقة يؤدي التلاميذ جميع الحركات والتمارين بشكل جماعي ويعمل موحد من خلال استخدام الوسائل الموجودة، وهذا النوع من الإخراج للحصة يخدم المهارات الفردية كالوثب وأنواعه، الجري، السباحة، وكذلك يستخدم أحيانا في الألعاب الجماعية ككرة القدم، كرة الطائرة.....

ومن مميزات هذه الطريقة أنها مريحة بالنسبة للأستاذ، حيث يستطيع من خلالها تعليم مجموعة من التلاميذ في وقت واحد ، إلا أن الصعوبة تكمن في تصحيح الأخطاء، وتلعب وضعية وموقع الأستاذ في الحصة دورا كبيرا في ملاحظة أداء التلاميذ. (مكارم حلمي أبو هراجة ومحمد سعد زغول 1999، ص 102)

2-14-2 - طريقة الأداء التتابعي:

في هذه الطريقة يقوم التلميذ بأداء المهارات والحركات بالترتيب واحدة تلو الأخرى وبدون توقف، وهذه الطريقة تعتمد على الوسائل والإمكانيات المتوفرة ومن مميزاتا أنها تتيح للأستاذ الفرصة في معرفة الفروق الفردية بين التلاميذ، إلى جانب تماسك وحدة الحصة مع تنظيم العمل بشكل أفضل، وتستعمل هذه الطريقة في الجمباز، إلا أن لهذه الطريقة عيب هو الوقوف الذي يقضيه التلميذ في انتظار دوره.

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

2-14-3 - طريقة المناوبة:

وفيها يؤدي التلاميذ التمرينات بشكل متناوب، حيث ينقسمون إلى مجموعتين تقوم الأولى بأداء التمرين ثم ترجع إلى الخلف لتقوم المجموعة الثانية بنفس الشيء، هكذا يركز استعمال هذه الطريقة في الوثب العالي، الوثب الطويل ... الخ

2-14-4 - طريقة المجاميع:

في هذه الطريقة يقسم الأستاذ التلاميذ إلى مجموعات ليقوموا بتأدية أنواع المهارات بشكل منفصل، حيث تقوم كل مجموعة بأداء التمارين ثم تتناوب، ويقوم الأستاذ بالمرور بين المجموعات الواحدة تلو الأخرى لتصحيح الأخطاء والاستعانة بالتلاميذ الممتازين في ذلك.

2-14-5 - الطريقة الفردية:

تستعمل هذه الطريقة عند تقويم أو معرفة المستوى الذي وصل إليه التلاميذ، حيث يقوم كل تلميذ بأداء المهارات بشكل فردي، ومن خلال هذه الطريقة يستطيع الأستاذ اكتشاف

القدرات المتوفرة لدى التلاميذ، وتصحيح وتدارك الأخطاء المرتكبة. (عبد العالي نصيف، 1998، ص 25)

2-15 - العوامل المساعدة في إنجاح الحصة النظرية:

دلت العديد من الدراسات أن الجانب النظري من الدروس التطبيقية لها أثر فعال في تدعيم وتثبيت وتفسير كل ما له علاقة بالجانب التطبيقي (المهارة، الخطط.... الخ)، وحتى تبلغ الحصة النظرية الغاية التي تسعى إليها يجب توفير مايلي:

* توفير قاعة أو مكان تنفيذ الحصة تحديد المدة الزمنية التي تجري خلالها الحصة.

* لإدراك والفهم الجيد لنتائج الحصة من قبل التلاميذ والمعلمين أنفسهم.

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

* الوسائل السمعية البصرية باعتبارها توضيح للمادة المدرسة. (عبد العالي نصيف، 1998، ص 26)

إن أهم عنصر هو وجود المكتبة الرياضية المدرسية باعتبارها من مقومات المدرسة الحديثة فهذا الأمر لابد وان توجه له العناية وتوفر مكتبة المدرسة على الكتب الرياضية والمجلات التي تخدم النشاط الرياضي بصفة عامة، فإنها تعمل على توصيل ومساعدة المدرس لنشر الوعي الرياضي.

إن الشيء المؤمن به هو قلته إن لم تقل انعدام النشرات والمحاضرات المكتوبة في جل المؤسسات التربوية إن توفرها يعتبر من أهم الأمور التي ترشد التلميذ إرشادا قويا إذا ما تم إحراجها. (محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص21)

2-16 - أنواع الحصص في التربية البدنية والرياضية:

2-16-1 - حصة الإعداد البدني العام:

وتقدم هذه الحصة لجميع الفئات في مختلف الأعمار وفي شتى الأماكن كالمدارس، والروضات، والمعاهد، وتتميز هذه بأنها تحتوي على مختلف الأنشطة التعليمية ذات العمل النسبي والتي تتفق مع الإمكانيات البدنية للممارسين.

2-16-2 - حصة تدريب الرياضيين:

تخصص هذه الحصة لكل من يزاول أنواع الرياضة المختلفة والمختارة، مثل: ألعاب القوى، الجمباز، السباحة وغيرها ... وفي جميع الأحوال تحتاج هذه الحصة إلى تحضير وإلى طرق خاصة تشتمل على قواعد التدريب الرياضي ونظريات التدريس لكل من هذه الأنواع، وفي هذا النوع من الحصص تعطي الأهمية الكبيرة لجرعة وعامل الأمن والسلامة.

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

16-2 - 3 - حصة التمرينات التعويضية:

يقوم هذا النوع من الحصص بتنمية بعض النواحي البدنية الخاصة بمهنة معينة سواء في المصانع المعامل، أو المزارع)، حيث تقدم تمرينات تعويضية للأجزاء الناشطة في الجسم خلال عملية الإنتاج. (محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص 21)

16-1 - 4 - حصة المهن التطبيقية:

يقوم هذا النوع من الحصص بإعداد الشباب أو الفتيان الذين يلتحقون بعمل معين ويحتاجون إلى إعداد بدني خاص يتناسب مع هذا العمل.

16-1 - 5 - حصة التعارف:

يتميز هذا النوع من الحصص بالخصوصية وليس له نشاط معين، وتهدف هذه الحصة إلى اكتشاف قدرات الممارسين الجدد، وكذلك التعرف على المادة الجديدة المقدمة، وتهدف أيضا إلى التعرف على استجابات التلاميذ في بيئة معينة، واتجاهاتهم نحو التربية البدنية والرياضية.

16-1 - 6 - حصة التدعيم والتثبيت:

تقدم هذه الحصة للتلاميذ الذين سبق لهم أن تعلموا مهارات معينة ولم يتم تثبيتها، والهدف منها تدعيم المهارات المتعلمة من ناحية وتثبيتها من ناحية أخرى بحيث تصل إلى مستوى الخبرة.

16-1 - 7 - الحصة المختلطة:

وفيها تقدم مادة جديدة مع مادة قديمة، حيث تعطي الأهمية للمادة الجديدة التي تأخذ وقتا إضافيا، حيث يقسم التلاميذ إلى مجموعتين، إحداهما تزاوّل المادة الجديدة والأخرى المادة القديمة، ومن ثمة تجرى عملية تبديل الأماكن حسب الوقت المحدد. (محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص 118)

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

16-1 - 8 - حصة التقويم (الاختبار):

في هذه الحصة تجرى اختبارات لتقويم المستوى الذي وصل إليه التلاميذ، حيث يعلم ذلك مسبقاً عن الموضوع الذي سيختبر فيه، ومن الممكن أن يكون لقياس الصفات الحركية أو اللياقة البدنية أو المهارية، ومن الأفضل أن تقدم بعض الألعاب الترويحية بعد إجراء هذا النوع من الحصص. (محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص 120)

17-1 - الأدوات والأجهزة المستخدمة في حصة التربية البدنية والرياضية:

إن إعداد مكان الحصة وتزويدها بالأدوات والأجهزة اللازمة، يتطلب دراسة مسبقة شاملة الظروف المؤسسة وإمكانياتها من الملاعب والأجهزة والأدوات، من حيث يشمل استخدام بعضها في أكثر من غرض واحد، فقد يكون بالمؤسسة ملعب واحد لكرة السلة فقط. وعدم وجود ملعب لكرة الطائرة لا يعني إلغاء اللعبة من البرنامج الدراسي، بل يمكن استخدام ملعب كرة السلة وتخطيطه بحيث يمكن استخدامه للعبتين معاً، على أن يكون هناك خطة موضوعية يحددها جدول زمني لاستخدام الملعب، وبذلك تتعدد أوجه النشاط بالبرنامج. (محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص 120)

ولا يقتصر على عدم محدود من الأنشطة بسبب صغر المساحة المتاحة، أو بسبب عدم وجود ملاعب بالعدد الكافي، فالمهم حسن التنظيم. (صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، 1982، ص 312)

ويجب أن يتوفر في كل مؤسسة على الأقل ملعب، حفرة وثب، كرات طبية يتراوح وزنها من نصف كلغ إلى واحد كلغ)، حبل الوثب العالي، جير لرسم الملعب،

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

ساعة ميقاتية، شريط قياس، كرات صغيرة أعلام صغيرة، شواخص، كرات السلة والطائرة واليد. (عقيل عبد الله وآخرون، 1986، ص 77)

كما يجب تعويد التلاميذ على التعامل مع هذه الأجهزة برفق، وجلبها ووضعها في الأماكن المخصصة لها بشكل جيد، وإرجاعها أيضا وحملها بشكل أمين، وحمايتها من الأمطار، وعدم تعريضها للشمس المحرقة، كل ذلك يساعد الأستاذ من الاستفادة القصوى من الأدوات. (مكارم حلمي أبو هرجة، محمد سعد زغلول، 1999، ص 102)

1-18-1 - تقويم حصة التربية البدنية والرياضية:

حب على معلم التربية البدنية والرياضية أن يعمل على تقويم الحصة بصفة مستمرة من خلال:

- * التقويم البدني والمهاري والمعرفي للحصة (تقويم شامل).
- * قياس النتائج لكل وحدة من وحدات الحصة.
- * استخدام وسيلة التقويم كأنها جزء من الحصة.
- * استخدام أساليب مختلفة للقياس تتناسب مع هذه الحصة.
- * تشجيع المتعلمين على التقويم الذاتي والمشارك.
- * استخدام أساليب مختلفة أثناء التقويم فيما يلي: بطاقة التسجيل - التقرير - الملاحظة. (حسن شلتوت، حسن معوض، 1982، ص 111-112)

الفصل الثاني درس التربية البدنية والرياضية

خلاصة الفصل:

إن درس التربية البدنية و الرياضية يلقى اهتماما كبيرا سنة بعد سنة، و الجميع يسعى للارتقاء به إلى المستوى المطلوب، و ذلك يتجلى في الإمكانيات و البرامج و نقاط التغيير التي تطرأ على المنظومة التربوية بقرارات من مسؤولي الدولة و الوزارة الوصية، لكن الغياب الفاضح للهيئات المعنية بالاهتمام بالنشاط الرياضي قد تكون أكبر خسارة عرفتها و لا يزال يعرفها درس التربية البدنية و الرياضية، و ذلك لطبيعة العلاقة بين الدرس و النشاط.

الباب الثاني:

الجانب التطبيقي

الفصل الأول:

منهجية البحث

والإجراءات الميدانية

الفصل الأول منهجية البحث والإجراءات الميدانية

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية:

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية البوابة الأساسية والمدخل الرئيسي عند كل إعداد كل البحوث العلمية من منطلق أخذ متوسطة أحمد بن شاعو بولاية معسكر نموذجاً من أجل الاحتكاك المباشر بالأساتذة المشرفين على مادة التربية البدنية والرياضية مع المشاهدة لميادين حصة التربية البدنية والرياضية من ناحية الملاحظة عن كيفية استعمال الوسائل التكنولوجية في درس التربية البدنية والرياضية وما يتمشى مع أهداف الحصة .

وتعد مشكلة المرحلة الأولى في دراستنا الاستطلاعية التي كانت غايتها:

1- التعرف على الوسائل التكنولوجية المستخدمة داخل متوسطة أحمد بن شاعو بمعسكر.

2- التعرف على كيفية توظيف واستغلال الوسائل التكنولوجية المختلفة أثناء درس التربية البدنية والرياضية.

3- التعرف على مدى دور الوسائل التكنولوجية في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية في متوسطة أحمد بن شاعو بمعسكر.

2- منهج البحث :

قبل تحديد منهجية الدراسة فقد تم الاستعانة بمختلف الدراسات السابقة التي تقاطعت مع الموضوع في أحد أو كلا متغيراته.

ولمعالجة الموضوع المدروس فقد تم استخدام المنهج الوصفي لأنه المنهج الذي يتلاءم وطبيعة الموضوع المعالج ميدانياً والذي يقوم على البيانات والمعلومات في الدراسات الوصفية، عن طريق جمع مختلف البيانات ذات العلاقة بالموضوع وتحليلها

الفصل الأول منهجية البحث والإجراءات الميدانية

لاستخلاص النتائج التي تساعد في عملية اتخاذ القرار حول قبول أو عدم قبول الفرضيات.

3- مجتمع الدراسة وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من أساتذة التربية البدنية والرياضية بمتوسطات لولاية معسكر، حيث أجري الدراسة على 20 متوسطة بولاية معسكر، والعينة تمثلت في أخذ أستاذين من كل متوسطة بمجموع أربعين أستاذا في مادة التربية البدنية والرياضية.

4- متغيرات الدراسة: والمتمثلة في التالي :

المتغير المستقل: تتمثل في الوسائل التكنولوجية.

المتغير التابع: أهداف درس التربية البدنية والرياضية.

5- مجالات الدراسة:

المجال البشري: يشمل المجتمع الأصلي للبحث، والمتمثل في الأساتذة المشرفين على مادة التربية البدنية والرياضية.

المجال المكاني: يتمثل مكان الدراسة الميدانية في متوسطات ولاية معسكر، الممثلة لعينة الدراسة.

المجال الزمني: امتدت الفترة الزمنية في (5 أشهر) يوما ابتداء من 2019/10/01 إلى غاية 2020/03/30.

6- أدوات جمع البيانات والمعلومات:

تعتبر هذه الوسائل والأدوات العلمية التي يلجأ إليها لجمع الحقائق والمعلومات حول موضوع الدراسة مهمة، لذلك فقد تختلف أدوات البحث وفق طبيعة الموضوع وأهدافه، لذلك يجب على الباحث أن يحسن اختيار الأداة المناسبة للحصول على نتائج ذات دقة وموضوعية وصدق، وفي دراستنا استعملنا الاستبيان.

الفصل الأول منهجية البحث والإجراءات الميدانية

يشكل الاستبيان أداة رئيسية في جمع البيانات المعد على ضوء الدراسات السابقة والجانب النظري بوصفه تتلاءم مع البحوث التي تستخدم المنهج الوصفي، حيث من خلالها يتم جمع البيانات حول آراء وتوجهات مفردات أفراد العينة وتصنيفها وتبويبها ومعالجتها.

يتكون الاستبيان من مجموعة من الأسئلة الموجهة للأساتذة المشرفين على مادة التربية المدنية والرياضية، التي تم تقسيمها على أساس تساؤلات الدراسة وفرضياتها الفرعية حول واقع استخدام الوسائل التعليمية في تدريس التربية البدنية و الرياضية في التعليم المتوسط ، متضمنة محورين ومجموع عشرون سؤال:

المحور الأول: استخدام الوسائل التكنولوجية أثناء درس التربية البدنية والرياضية
المحور الثاني: صعوبات تواجه استخدام الوسائل التكنولوجية في درس التربية البدنية والرياضية.

المحور الثاني: مساهمة الوسائل التكنولوجية في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية.

الفصل الثاني:

عرض و تحليل النتائج

و مناقشة الفرضيات

و الاستنتاجات

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

2-1. عرض و تحليل النتائج:

- لقد حاولنا في هذا الفصل الاستعانة بالعديد من نماذج الحركات الرياضية في العديد من الفعاليات وفي مختلف المهارات وذلك قصد تبيان أهمية هذه البرامج في تحليل مختلف الحركات وتبيان الدقائق التي لا يمكن ملاحظتها بالعين والتي تساعد كثيرا العاملين في هذا المجال من اجل الارتقاء بمستوى الأداء الحركي سوى كان ذلك في الجانب التعليمي أو الميدان التدريبي

2-1-1- تحليل للانطلاقة في سباق 100 متر:



الشكل رقم (01): صورة تبين التحليل الحركي للانطلاقة في سباق 100 متر على

برنامج dartfish

يجب الإشارة هنا إلى في سباقات 100 م تم تحطيم الرقم القياسي العالمي (W.R) (12مرة منذ أن تم إدخال نظام التوقيت الإلكتروني عام 1968 حتى عام 2009 حيث يحمل الرقم القياسي البالغ 9.58 ثانية العداء الجاميكي Uisen Bolt، قبل هذا الرقم لم يزد الرقم الجديد عن الرقم السابق بأكثر من نصف بالمائة جزء من الثانية، أما الرقم الحالي فقد تحطم بفارق 11 جزء من الثانية. أما الرقم القياسي

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

في سباقات النساء فهو مسجل باسم العداء الأمريكية Florence grifte حيث قامت بتحطيم الرقم عام 1988.

- ويقسم المختصين والخبراء في مجال العاب القوى بان سباق يمر بأربعة مراحل أساسية والتي تتمثل في:

- مرحلة الانطلاقة

- - مرحلة تزايد السرعة

- مرحلة السرعة القصوى وثباتها

- مرحلة تناقص السرعة

- مرحلة النهائية أو الوصول

و تعد البداية من الجلوس جزءا مهما رئيسيا" في ركض المسافات القصيرة وخاصة فعالية 100 متر فمن خلالها يستطيع اللاعب الحصول على اكبر قوة دفع ممكنة لمكعبات البداية مع التقليل من زمن النهوض عن طريق تقريب أنصاف أقطار الجسم في أثناء الجلوس بغية التقليل من القصور .

، فراكض المسافات القصيرة لا يهيمه كثيرا مقدار الطاقة المصروفة بقدر ما يهيمه الوصول إلى أقصى سرعة في اقصر وقت ممكن ، فعند البداية تكون سرعة العداء صفر ثم يحاول أن يتغلب على قصوره الذاتي للتوصل إلى سرعته القصوى ،إن هذه العملية تتطلب استخدام اكبر قوة ممكنة باتجاه الحركة أي باتجاه العدو ، ففي هذا في الاتجاه الأمام القوة النوع من البداية يستطيع العداء أن يبذل اكبر كمية ممكنة من الأعلى والذي يجب خلاله مراعاة تحقيق الشروط الميكانيكية والفنية التالية:

- يكون مركز ثقل الجسم أمام القدمين وفوق اليدين مباشرة ، أي فوق حافة قاعدة الارتكاز باتجاه الحركة مما يعطي للراكض فائدتين ميكانيكيتين في أن واحد وان قرب مركز ثقل من حافة قاعدة الارتكاز باتجاه الحركة.

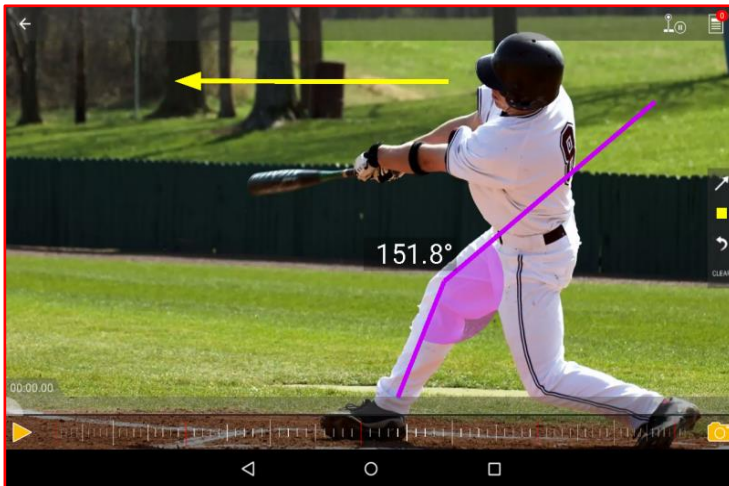
- التأكيد على وجود مركز الثقل أمام القدمين مما يزيد من القوة الأفقية F_x ويقلل من القوة العمودية F_y ، ايضا عاف قوة الدفع إلى الأمام.

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

- ان زمن الاستجابة Vr عند العدائين الجيدين يكون تقريبا بين 0.10 إلى 0.18 ثانية ،وان الرجل الخلفية تلعب دورا كبيرا في الدفع القوي جراء بقاء الزاوية لمدة طويلة وهي بذلك تؤثر كثيرا على الدفع في بداية التعجيل لذلك يندفع العداء بسرعة إلى الأمام بزاوية قدرها 45 درجة مع الأرض،و أن ترفع الرجل الخلفية إلى الأعلى وأمام منتشية في مفصل الركبة ويكون العمل العضلي مركزا في حركة الدفع بالقدم ،
- العمل على تحقيق نسب محددة لقيم الزوايا بين مفاصل الجهاز الحركي خلال هذه المرحلة والتي تقدر بزاوية قدرها 52 درجة في مفصل الركبة لقدم الخروج وزاويا 45 درجة في مفصل المرفق

* كل هذه النسب تبقى نسبية وذلك طبقا للعديد من الأسس والتي من بينها الخصائص التشريحية والمورفولوجية للعداء والتي تعثير احد أهم العوامل في توفير اكبر مقدار من كمية الحركة مما يساعد على تقليل زمن رد الفعل والذي يتناسب عكسيا مع سرعة انطلاق العداء والتي تعتبر احد أهم المعايير في تحقيق أفضل الأرقام في مسابقات السرعة.

- 2-1-2 - تحليل مهارة ضرب الكرة للاعب البيسبول



الشكل رقم (02): يبين

التحليل الحركي للاعب البيسبول أثناء ضرب الكرة على برنامج dartfish

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

- يشير المختصين في لعبة البيسبول إلى أن هنالك أربعة طرق فنية أساسية يتبعها اللاعبون في اللعبة لضرب الكرة كل حسب تخصصه ومراحل إعداده والمتمثلة في الطرق التالية :

1-الضربة العادية – (Normal) تشمل تحريك المضرب بشكل مستقيم بحيث يمكن أن يؤدي إلى ضرب الكرة بأي طريقة .

2-تقنية التلامس – (Contact) تشمل التركيز على ضرب الكرة نحو أرض الملعب. وهي تقنية مفيدة إذا كنت تحاول إيصال أحد لاعبيك إلى إحدى القواعد.

3-الضربة القوية – (Power) هل تريد تسديد ضربات قوية نحو حدود الملعب وتسعى لتسجيل نقطة بالركض جولة تامة حول كل القواعد (هوم رن home) (run)؟ هذه هي فرصتك، لكن الأمر يتطلب توقيتًا دقيقًا.

4-تقنية التخفيف – (Bunt) تسمح لك بحمل المضرب وضرب الكرة بحركة إلى الأمام، بدلاً من التلويح به بالكامل. ويتم استخدامها عادةً لمساعدة أي لاعبين موجودين مسبقاً على إحدى القواعد في التقدم.

وبغض النظر عن الطريقة المستخدمة في ضرب الكرة في لعبة البيسبول فإنه يمكن للاعب الاختيار بين ثلاث طرق مختلفة للتحكم بضرب الكرة والتي تتمثل في :

-الضرب التوجيهي "Directional Hitting" .

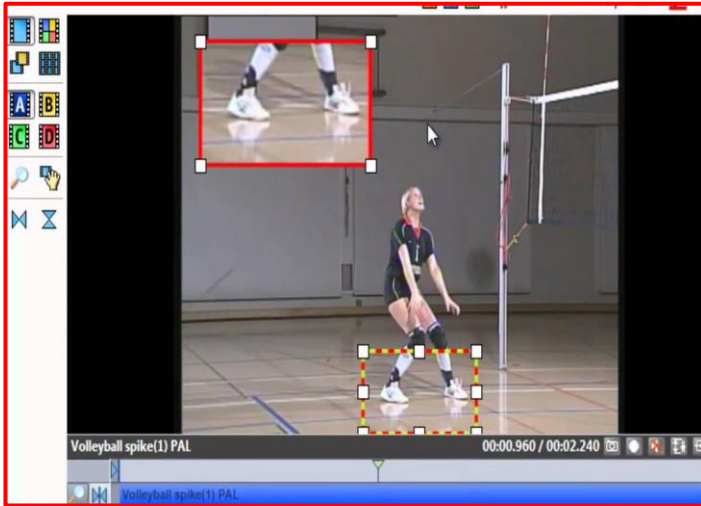
-الضرب في المنطقة "Zone Hitting"

-التناظر التام("Pure Analogue" .

لكن الضرب في المنطقة يمنحك خيار استخدام كل من ذراع التناظر للتصويب والأزرار لتحديد نوع ضربتك، بالإضافة إلى مؤشر عملي لإظهار اتجاه ضربة الكرة بوضوح. وبعد ذلك، سيكون التوقيت هو الأهم، لذلك ابق هادئًا واختر طريقة التسديد بعناية.

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

- ولضمان الدقة في الأداء المهاري يستوجب على اللاعب تحقيق بعض الأوضاع المناسبة لتحقيق أفضل الرميات خلال الأداء والتي من بينها :
 - استقامة الرأس النظر إلى الأمام في اتجاه مسار الكرة
 - تحقيق زوايا مناسبة في كل من قدم الزحقة و قدم الارتكاز لضمان التوازن الديناميكي لتخضير أكبر نسبة من القوة لضرب الكرة حيث ان ضرب الكرة يتم قبل التوقف .
 - تحقيق نسب زوايا منفرجة ما بين (120° - 160°) في القدم الأمامية
 - تحقيق نسب زوايا متممة في مفصل الركبة للقدم الخلفية ما بين (45° - 70°).
- 3-1-2 - تحليل مهارة الإعداد في لعبة كرة الطائرة :



الشكل رقم (04): صورة تبين التحليل الحركي مرحلة الإعداد في لعبة كرة الطائرة

على برنامج kinovea نسخة

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

- تعتبر مرحلة الإعداد من أهم المهارات في لعبة كرة الطائرة حيث على أساسها يرتكز النجاح في انجاز المهارات الهجومية الأخرى كالحق وبالتالي أي ارتياب أو عدم تحقيق بعض النسب والخصائص في مراحل الإعداد سوف تؤثر سلباً على التوافق الحركي للاعب المهاجم أو المستقبل للكرة مما يؤدي إلى عدم تحقيق الواجب الحركي المرجو من وراء ذلك .

- ومن خلال إطلاعنا على العديد من المصادر والمراجع في هذا الجانب فقد وقفنا على وجود أنواع عدة لمهارة الإعداد بالكرة الطائرة وهي:

-الإعداد من فوق الرأس للأمام.

-الإعداد من فوق الرأس للخلف.

-الإعداد من السقوط.

-الإعداد من القفز.

ويُعد الإعداد من فوق الرأس للإمام من أكثر أنواع الإعداد (التمريرات) استخداماً، وذلك لسهولة أدائه ولكافة الفئات العمرية، وبعد الأساس للتمريرات الأخرى، إذ تتوقف أداء أغلب أنواع الإعداد (التمريرات) في الكرة الطائرة على إتقان أداء هذا النوع من التمريرات. وتوجد عدة مراحل فنية للأداء:

1-مرحلة تمهيدية

2-مرحلة اساسية

3-مرحلة نهائية

ومن خلال الصورة وعرضها وإعادة عرضها بسرعة تردد بطيئة فقد خلصنا إلى أهم النقاط التالية فيما يخض التحضير الجيد للكرة في لعبة كرة الطائرة

- القدمان متباعدتان مسافة مناسبة ويوزع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي.

- الركبتان منتشيتان قليلاً بزوايا منفرجة ما بين (150°-170°) لضمان قوة الدفع

المناسبة للأعلى والأمام.

- الجذع مائل قليلاً للأمام (استقامة الظهر نسبياً).

- المرفقان قريبان من الجسم واليدين أمام الجبهة.

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

- اليدين متجاور

ان والأصابع مفرودة ومتباعدة بحيث يكون الإبهامان والسبابتان بشكل مثلث.

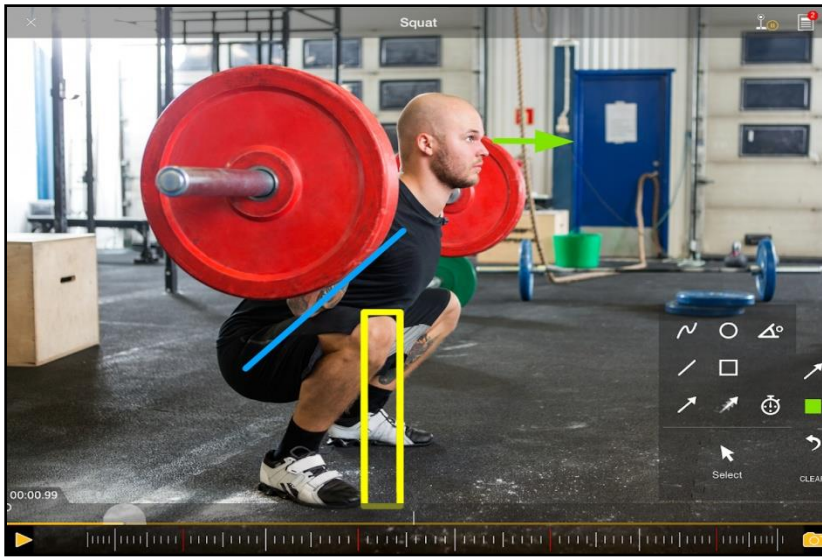
- راحتا اليدين بشكل مقعر بحيث تتناسبان مع استدارة الكرة.

- الذراعان منثنيتان وبشير المرفقان للأسفل وللخارج قليلاً.

- تحقيق زوايا صغيرة في مفصل المرفق لضمان تحضير أكبر مقدار من التوافق

الحركي خلال الأداء

2-1-4 تحليل مهارة رفع الأثقال أثناء قيامه بتمرين squat:



الشكل رقم (06): صورة تبين التحليل الحركي للاعب رفع الأثقال أثناء قيامه بتمرين squat

على برنامج Dartfish نسخة Android

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

مراحل مهارة squat:

وضع البدء: يتم في البداية وقوف الرباع أمام عمود البار، على أن يكون منتصف

عمود الثقل والقدمين بكاملها على الأرض. ويكون اتجاه المشطين إلى الإمام أو مائل إلى الخارج قليلا، كما أن المسافة بين القدمين تختلف من رباع إلى آخر حسب المواصفات والضخامة الجسمانية للرياضي. وعلى العموم كقياس موحد تكون بقدر

عرض الوركين تقريبا

مرحلة السحبة الأولى: وتبدأ هذه المرحلة من لحظة ارتفاع البار من الأرض؛

وذلك بقوة عضلات الرجلين. وتنفيذ هذه المرحلة للسحب الأولى؛ بحيث تعتمد بشكل على قوة وتمدد عضلات الرجلين.

مرحلة حركة الركبتين: وتتم هذه المرحلة بالامتصاص؛ وذلك من لحظة وصول

البار إلى مستوى الركبتين، حيث تنتهي عند دخول الركبتين إلى أسفل البار. ويتم تمدد الرجلين في مرحلة السحبة الأولى.

ويقوم الرباع بوضع ركبتيه تحت عمود البار؛ وذلك لنقل مركز البار المركب إلى الأمام على المشطين؛ أي سقوط العمود الذي ينزل من مركز البار المركب الى الأرض، حسب قاعدة الاتزان وهي المسافة التي بين المشطين.

4. مرحلة السحبة الثانية: وتتم هذه المرحلة من لحظة وصول البار للأسفل من

الفخذين. ويجب أن تكون الذراعين بكامل امتدادهم؛ وذلك لأنّ الانثناء المبكر

للذراعين في مرحلة السحبة الثانية، يُصبح عمل العضلات الممدودة للذراع صعبة وكذلك يتم رفع الكتفين.

أما اللحظة المناسبة لثني الذراعين في أثناء عملية السحبة الثانية، يكون في نهاية

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

المرحلة مصحوباً برفع الكتفين عالياً. وعند وصول الثقل إلى بداية الثلث الأخير من الفخذين تبدأ عملية تعجيل الثقل إلى الأعلى.

- 2-1-5- تحليل مهارة لاعب التنس أثناء قيامه بعملية الإرسال على برنامج



الشكل رقم (07): صورة تبين التحليل الحركي للاعب لاتنس أثناء قيامه بعملية

الإرسال على برنامج Dartfish نسخة Android

تعد ضربة الإرسال من المهارات الأساسية الهجومية المهمة جدا في لعبة كرة التنس والتي تمكن اللاعب من الحصول على النقاط بصورة مباشرة بدون مجهود كبير مقارنة بالطرق الأخرى للحصول على النقاط, وتعد هذه الضربة من أصعب الضربات لأنها تحتاج الى سيطرة كبيرة وتناسق حركي وتوافق عضلي عصبي بشكل كبير حتى يتمكن اللاعب من أدائها بالشكل الصحيح والوصول

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

أول نقطة في مباراة التنس تبدأ بما يسمى بـ "الإرسال/ ضربة البداية"، حيث يوجه أحد اللاعبين الكرة الثابتة إلى جهة اللاعب الآخر من الملعب. حيث يوجد انماط محددة والتي يمكن اتباعها لتعلم الغرسال خلال المراحل التعليمية والمتمثلة .

1- الإرسال الأساسي يسمى بـ "الإرسال المستوي"، وما أن تطور مهارتك أكثر، يمكنك بعدها أن تفاجئ منافسك

2- إرسال الركلة أو بالإرسال السلايس (المقوس). المبتدئون والأطفال يبدئون بتعلم الإرسال المُخادع، وهو إرسال من الأسهل تعلمه مقارنة بالإرسال العادي.

وفي جميع أنواع الإرسال وطريقة وتكنيك متبع ثابت لا يتغير في المباراة الواحدة باختلاف النتيجة مثلا ، أي أن طريقة رمي الكرة وارتفاع القوس وطريقة القفز ، وحتى حركات ما قبل الإرسال تبقى ثابتة مثل نمط واحد يسير عليه كل اللاعبين.

- وفيما يلي اهم المراحل المتبعة خلال مراحل الإعداد للإرسال والتي تتمثل في المراحل التالية:

- قف في الموضع الصحيح. قبل أن تبدأ إرسال الكرة، يجب عليك أن تقف خلف خط الملعب، في الجهة المخالفة للمربع الذي يجب أن يصل الإرسال إليه في جهة اللاعب الآخر. يجب عليك أن تقف بانحراف، موجهاً قدمك اليسرى بشكل عمودي على الشبكة، والقدم اليمنى موازية للملعب.

- قبض على الكرة والمضرب بشكل صحيح. أمسك الكرة برفق بين أصابعك بدلاً من وضعها في كف اليد. حرك اليد نحو المضرب لمساعدتك على ضرب الإرسال ونقل وزنك بخفة للأمام. تذكر قبل قذف الكرة، أنه يجب عليك (مرجحة يديك) على

الأقل من 2 إلى 4 مرات؛

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

- قذف الكرة، وحرك المضرب من خلفك .يجب عليك أن تلقي الكرة لأعلى في الهواء، وأمامك على بُعد مسافة صغيرة، بحيث تكتسب قوة دفع عندما تضرب الإرسال
- حرك المضرب من وراء ظهرك .غالبية المبتدئين يرفعون المضرب بشكل طفيف خلفهم ثم يلاحقون الكرة. لا تقع في هذا الخطأ. من أجل النجاح الأمثل، عليك أن تحرك المضرب من ورائك وأن تنثني كوعك لكي تفلت بالمضرب من وراء رأسك،
- اضرب الكرة من "مركز القوة" في المضرب .ارفع رأس المضرب لأعلى من أجل ضرب الكرة بأقصى سرعة تقدر عليها مع الحفاظ على التوجيه والتحكم الصحيح.
- ويجب التركيز على أهم الأسس التي يمكن ملاحظتها من خلال إعادة عرض الصور والمتمثلة :
- التأكيد على رشاقة الجسم وتفادي الشد العضلي خلال مرحلة الإعداد للإرسال.
- تركيز النظر على مسار الكرة خلال دفعها في الهواء.
- العمل على تحقيق زاوية مناسبة في مفصل المرفق لتحضير أكبر مقدار من القوة العضلية و التي يتم نقلها عن طريق المضرب بتصادم على الكرة من اجل تحقيق أكبر سرعة ممكنة للكرة في مسارها.
- - التركيز على حركة اليد الحرة من الأعلى للأسفل لتوفير كمية الحركة المناسبة خلال الأداء.

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

2-1-6- تحليل مهارة ركلة محور الصدر لمصارع التايكواندو



الشكل رقم (08): صورة تبين التحليل الحركي لمصارع التايكواندو أثناء قيامه بتوجيه ركلة محور الصدر على برنامج kinovea

- المهارات الأساسية في رياضة التايكواندو:
 - تتكون المهارات الأساسية في رياضة التايكواندو من المهارات التالية :
 - الحركات السهلة
 - المركبة الهجومية
 - المركبة الدفاعية.
- وتقسم المهارات الأساسية في هذه الرياضة الى قسمين:
 - أ- مهارات اليدين.
 - ب- مهارات القدمين.
- و قسم خبراء التايكواندو جسم اللاعب الى ثلاث مناطق هي:
 - A. المنطقة العليا وتدعى باللغة الكورية الكل. (Olgul)
 - B. المنطقة الوسطى وتدعى باللغة الكورية ممتونك. (Momtong)
 - C. المنطقة السفلى وتدعى باللغة الكورية آري . (Area)

الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات و الاستنتاجات

وهناك المهارات الهجومية باليدين: والرجلين

وهي المهارات التي يستعملها اللاعب من ضربات للهجوم على المنافس من اجل

إحراز النقاط في أثناء المنافسة الرياضية ، ومن هذه المهارات هي:

مهارة الضرب للوسط) ممتونك چمو چروگي.

مهارة الضرب الى الجانب (يوب . چروگي .

مهارة الضرب الى الأسفل (جي . چروگي .

مهارة الضرب للأسفل (آري چمو چروگي .

مهارة الضرب للأعلى (اولگل چمو چروگي

- وتبين الصورة احد أهم المهارات الهجومية بالرجلين والتي يحاول فيها المصارع إصابة خصمه في المنطقة العلوية من جسمه والتي تعتبر من بين أهم المهارات في هذا التخصص حيث تخصص لها أكبر نقطة في تقييم الأداء والتي يمكننا على ضوءها استخلاص أهم الجوانب الفنية التي يجب مراعاتها لتحقيق أكبر دقة خلال الأداء والتي تتمثل في :

-التركيز على استقامة قدم الارتكاز لضمان التوازن الديناميكي خلال الضربة

-التأكيد على تحقيق مسار مستقيم تصاعدي للقدم الضاربة من لحظة بداية الحركة

إلى غاية ضرب النقطة المستهدفة من جسم الخصم

-تحقيق زاوية 108° ما بين الساق الضاربة و قدم الارتكاز

-تركيز النظر واستقامة الرأس خلال الأداء

-ميلان الجذع بزاوية 45° درجة لتحقيق مبدأ الروافع التشريحية في التوازن خلال

الداء

الخلاصة

العامّة

الخلاصة العامة:

للسائل التكنولوجية التعليمية دور فعال في تطوير وتحقيق أهداف دروس التربية البدنية والرياضية، باعتبار أنها تمثل ملاذاً آمناً ومنتفساً كبيراً يفرغ من خلاله الانفعالات والضغطات النفسية التي تتقل كاهله؛ هاته الضغوط النفسية الناتجة فاستخدام الوسائل التكنولوجية في تدريس حصة التربية البدنية تمكن كل من الأستاذ من القيام بدوره كما يجب وذلك لسهولة تقينه الدروس وحتى تعليم التلاميذ المهارات الرياضية بدون تكرارها العديد من المرات، بالإضافة إلى تحسين أدائه وتطويره، فمهما تعددت الوسائل والتقنيات التكنولوجية زادت نسبة تحقيق الأهداف، وبالرغم من ذلك إلا أن هناك عدة صعوبات تواجه استخدام العديد منها فنجد بعض المؤسسات تستخدم البعض والأخرى البعض وهذا راجع لعدة عراقيل تخص كل مؤسسة تربوية.

خلال دراستنا هذه وجدنا أن استخدام الوسائل التعليمية يساهم في تحقيق أهداف درس التربية البدنية، كما ينمي مهارات التلميذ وتطوير وتنمية القدرات الفكرية لديه مما يزيد من نسبة رسوخ المعارف والمهارات التي يتلقاها أثناء الدرس لمدة طويلة، كما تسعى التربية البدنية والرياضية كمادة تعليمية في المؤسسات التعليمية إلى الاعتماد الكامل على هذه الوسائل التعليمية المتطورة في هذا المجال.

المصادر و المراجع

المصادر و المراجع

المراجع باللغة العربية:

- إبراهيم محمود عبد المقصود (2004). إدارة المنافسات والبطولات والدورات الرياضية. دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- _ محمد سلامة عبد الحافظ (1998). وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم. دار الفكر للطباعة والنشر. عمان. الأردن. ط2.
- _ شاكر محمود عبد المنعم (1999). الوسائل التعليمية في تدريس المواد الاجتماعية. مجلة الفتح. العدد الرابع.
- سلامة عبد الحافظ (2007). الاتصال وتكنولوجيا التعليم. دار اليازوري العلمية. عمان. الأردن. ط 1.
- قصي حازم محمود (1988). أثر استخدام بعض التقنيات في تطوير المبادئ التحكيمية لبعض الألعاب الجماعية. مجلة كلية المعلمين. العدد 14.
- _ عباس مصطفى صادق (2008). الإعلام الجديد المفاهيم والوسائل والتطبيقات. دار الشروق للنشر والتوزيع. الأردن.
- الحيلة محمد محمود (2000). تقنيات انتاج الشفافات التعليمية واستخدامها وجهاز عرضها في عملية التعلم والتعليم. دار المسيرة. عمان. الأردن.
- _ ياسين حجر وبحرية باسما عيل (د.س). واقع استعمال الوسائط المكتوبة في العملية التعليمية من وجهة نظر المعلمين. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. عدد خاص. الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات في التعليم العالي.
- _ فاتح الدين شنين (2014). استخدام الوسائط المتعددة في التعليم الجامعي. مداخلة مقدمة للمشاركة في الملتقى الوطني الثاني حول الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات في التعليم العالي. جامعة قاصدي مرياح ورقلة. 05-06 مارس 2014.

- _ خالد محمد السعود (2009). التكنولوجيا ووسائل التعليم وفعاليتها. مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع. عمان. الأردن. ط1.
- _ شاکر محمود عبد المنعم (1999). الوسائل التعليمية في تدريس المواد الاجتماعية. مجلة الفتح. العدد الرابع.
- _ منى خالد محمود العياد (2008). أثر برنامج الوسائط المتعددة في ضوء نظريات الذكاءات المتعددة على اكتساب المفاهيم التكنولوجية وبقاء أثر لدى طالبات الصف السابع بغزة. رسالة الماجستير في تخصص المناهج وطرق التدريس. كلية التربية الجامعة الإسلامية غزة. فلسطين.
- _ محمد حسين بصبوص وأيمن شاکر ورامي مصطفى ونبيل محمود عطية (2004).
- _ حسنين شفيق (2008). التصميم الجرافيكي في الوسائط المتعددة. القاهرة. دار فكر وفن للطباعة والنشر.
- _ وفيقة مصطفى حسن أبو سالم (2007). تكنولوجيا التعليم والتعلم في التربية الرياضية. ط1.
- _ أحمد المغربي (2007). التعليم الذاتي المستقل. دار الفجر للنشر والتوزيع. القاهرة. ط1.
- _ مصطفى السايح محمد (2009). أدبيات تدريس التربية الرياضية. دار الوفاء لندنيا للطباعة والنشر.
- _ السايح مصطفى (2004). المنهج التكنولوجي وتكنولوجيا التعليم والمعلومات في التربية الرياضية. الإسكندرية. دار الوفاء لندنيا للطباعة والنشر. ط1.
- _ محسن على عطية (2010). البحث العلمي في التربية الرياضية ومناهجه وأدواته، وسائله الإحصائية. عمان. دار المناهج للنشر والتوزيع.

- _ سلمى كوندرة (2018). تكنولوجيا الإعلام والاتصال في مجال الرياضة المدرسية- الواقع والتحديات. مجلة الإبداع الرياضي. جامعة لمين دباغين. سيطف.
- مروان عبد المجيد إبراهيم (2000). الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- مكارم حلمي أبو هرجة، محمد سعد زغلول (1999). منهاج التربية الرياضية. مركز الكتاب للنشر.
- عبد العالي نصيف (1998). الخطة الحديثة في إخراج درس التربية البدنية والرياضية. القاهرة.
- صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد (1982). التربية وطرق التدريس. دار المعارف. القاهرة.
- رعتيل عبد الله وآخرون (1986). التنظيم في التربية البدنية والرياضية لكليات التربية الرياضية في العراق. جامعة الموصل. بغداد.
- عباس أحمد السمراي وبسطويسي أحمد بسطوسي (1984). طرق التدريس في مجال التربية البدنية. بغداد.
- عامر زيلح (2015). إشراف: أ. خالد مريشيش. مساهمة تكنولوجيا الاعلام والاتصال في نشر ثقافة الممارسة البدنية والرياضية لدى المراهقين: دراسة ميدانية بتانوية البشير الإبراهيمي بعين الحجر سطياف. مذكرة الماستر في الإعلام والاتصال الرياضي. جامعة محمد بوضياف المسيلة.
- محمد صبحي حسنين (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. الجزء الأول. دار الفكر العربي. ط 3.
- محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي (1992). نظريات وطرق التربية البدنية. ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط 2.

- حسن شلتوت، حسن معوض (1982). التنظيم والإدارة في التربية الرياضية. دار المعارف. القاهرة.
- عنايات محمد أحمد فرح (1982). مناهج وطرق تدريس التربية البدنية. دار الفكر العربي. القاهرة.
- محمد عوض البيسوني وآخرون (1992). نظريات وطرق تدريس التربية البدنية. ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر. ط2.

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس
معهد التربية البدنية والرياضية

استمارة استبيان موجهة للأساتذة

ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، تخصص تربية بدنية ورياضية.
تحت عنوان:

دور الوسائل التكنولوجية في تحقيق أهداف درس التربية
البدنية والرياضية

متوسطة الأمير عبد القادر معسكر

إلى السادة الأساتذة:

نظرا للخبرة التي تتمتعون بها في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية نرجو من سيادتكم
المحترمة الإجابة على الأسئلة التي تتضمنها هذه الاستمارة، وذلك من خلال وضع علامة (X) في
الخانة التي تتناسب مع رأيك مع العلم أنه ليست هناك إجابة صحيحة و أخرى خاطئة، إنما المهم هو
مدى تطابق إجابتك مع رأيك.

تحت إشراف الأستاذ:

من إعداد الباحثة:

أ. رقيق مداني

_ تنية فايزة خلود

السنة الجامعية 2019-2020

المحور الأول: ينص على " استخدام الوسائل التكنولوجية أثناء درس التربية البدنية والرياضية.

لا	نعم	عبارات الاستبيان	الرقم
		هل تتوفر متوسطنكم على الوسائل التكنولوجية التعليمية؟	01
		هل تستخدم الوسائل التكنولوجية المتوفرة بشكل مستمر في درس التربية البدنية والرياضية؟	02
		هل الوقت المخصص لدرس التربية البدنية والرياضية يساعد على استخدام هذه الوسائل؟	03
		هل تستخدم جهاز العرض الضوئي أثناء درس التربية البدنية والرياضية؟	04
		هل تستخدم جهاز الحاسوب أثناء درس التربية البدنية والرياضية؟	05
		هل تستخدم تقنية الفيديو أثناء شرح درس التربية البدنية والرياضية؟	06
		هل تستخدم الصور الفوتوغرافية في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية؟	07
		هل تراعي الفروقات الفردية عند استخدام الوسائل التكنولوجية؟	08
		هل تشجع التلاميذ على استخدام الوسائل التكنولوجية في المجال الرياضي؟	09

المحور الثاني : ينص على "صعوبات تواجه استخدام الوسائل التكنولوجية في درس التربية البدنية والرياضية.

الرقم	عبارات الاستبيان	نعم	لا
01	هل يمكن استخدام الوسائل التكنولوجية في درس التربية البدنية والرياضية دون تعقيدات؟		
02	هل يتقبل التلاميذ توظيف الوسائل التكنولوجية في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية؟		
03	هل تواجه مشكلات في استخدام الوسائل التكنولوجية في درس التربية البدنية والرياضية؟		
04	هل تشعر بعدم الرغبة في استخدام الوسائل التكنولوجية في درس التربية البدنية والرياضية؟		
05	هل توفر قاعات رياضية مهيأة لاستخدام الوسائل التكنولوجية في تدريس المادة؟		
06	هل هناك تشجيع من إدارة المتوسطة على استخدام الوسائل التكنولوجية في التدريس؟		
07	هل تخصص مؤسساتكم التربوية ميزانية لتوفير الوسائل التكنولوجية التعليمية؟		
08	هل تجد صعوبة في التفاعل مع الوسائل التكنولوجية أثناء تدريس مادة التربية البدنية والرياضية؟		
09	هل تلقيتكم تكوين لاستخدام الوسائل التكنولوجية التعليمية؟		

المحور الثالث: ينص على * مساهمة الوسائل التكنولوجية في تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية".

الرقم	عبارات الاستبيان	نعم	لا
01	هل يقتضي محتوى درس التربية البدنية والرياضية استخدام الوسائل التكنولوجية.		
02	هل تساهم الوسائل التكنولوجية في شرح المهارات الحركية وتجنب تكرارها عدة مرات للتلاميذ؟		
03	تنظيم خطة الدرس لكل هدف تراعي فيها المواقف التعليمية وتحقيق الهدف.		
04	هل هناك تجاوب كبير بين التلميذ والأستاذ عند استخدام الوسائل التكنولوجية لاستيعاب درس التربية البدنية والرياضية؟		
05	هل تساهم الوسائل التكنولوجية في الربط بين الحصة النظرية والتطبيقية لدرس التربية البدنية والرياضية؟		
06	هل يفيد استخدام الوسائل التكنولوجية في تعلم المهارات المميزة بالصعوبة.		
07	هل البرنامج المصمم باستخدام الوسائل التكنولوجية له تأثير إيجابي على مستوى التحصيل المعرفي للتلاميذ؟		
08	هل استخدام الوسائل التكنولوجية تحقيق كل أهداف درس التربية البدنية والرياضية؟		