

مناهج التربية الرياضية ودورها فى التعليم الفنى والأزهري

- * دور مناهج التربية الرياضية فى خدمة التعليم الفنى:
- دواعى الاهتمام بالتربية الرياضية فى قطاع التعليم الفنى .
- * أهداف مناهج التربية الرياضية بالمدارس الفنية:
- الأسس التى يجب أن تركز عليها مناهج التربية الرياضية بالمدارس الفنية
- بناء مناهج التربية الرياضية بالمدارس الفنية.
- توجيهات عامة لمناهج التربية الرياضية بالمدارس الفنية.
- * دور مناهج التربية الرياضية فى التعليم الأزهرى:
- أهداف مادة التربية الرياضية فى التعليم الأزهرى (اعدادى - ثانوى)
- توجيهات عامة لمناهج التربية الرياضية فى التعليم الأزهرى (اعدادى - ثانوى).
- درس التربية الرياضية فى التعليم الأزهرى .
- توزيع المهارات الأساسية على الجداول فى مرحلتى التعليم الإعدادى والثانوى الأزهرى .

مناهج التربية الرياضية ودورها فى التعليم الفنى والأزهرى

* دور مناهج التربية الرياضية فى خدمة التعليم الفنى.

تتجه مصر فى هذه السنوات إلى زيادة الإنتاج وتطويره فى خلال تنمية كفاءة العملية الإنتاجية وكفاءة العامل الفنى، ولذا وجهت إهتماماً خاصاً بالتعليم الفنى بقصد تخريج جيل جديد فى العمال المهرة وفئة الفنيين لكى يسهموا إيجابياً فى زيادة الكفاءة الإنتاجية، ومن ثم صدر القانون رقم ٧٥ لسنة ١٩٧٠ بشأن التعليم الفنى والذى ينص على إعداد مستويات القوى العاملة وفقاً لمتطلبات خطة التنمية والظروف المحلية ومحددات أنواع القوى العاملة التى تعدها مدارس وزارة التربية والتعليم على مستويين هما: فئة العمال المهرة (نظام السنوات الثلاث) - فئة الفنيين (نظام السنوات الخمس)، وهو نظام مستحدث أنشئت لتحقيق أهدافه مجموعة متنوعة من المدارس التجريبية الفنية «التجارية، والصناعية، والزراعية». وحاليا يطلق عليها المدارس المتقدمة الفنية.

وتختلف هذه المدارس (نظام السنوات الثلاث - نظام السنوات الخمس) إختلافاً بيناً عن مدارس الثانوى العام، ويتمثل هذا الاختلاف فى الأهداف وخطة الدراسة والإمكانات البشرية والمادية اللازمة لها.

وتعتبر المناهج الدراسية، الوسيلة التى يمكن بواسطتها تحقيق مايرجوه النظام التعليمى فى أى مرحلة من مراحل من أهداف تعليمية وتربوية.

والتربية الرياضية بأنشطتها المختلفة إحدى هذه المناهج والتى تمثل جانباً هاماً فى العملية التربوية بالمدرسة فمن خلالها يمكن تحقيق النمو الكامل المتزن للفرد

بدنياً ومهارياً ومعرفياً وانفعالياً إلى أقصى حد تسمح به قدرات الفرد واستعداداته وبما يمكنه من التكيف مع نفسه ومع المجتمع.

ولذلك فالمناهج يجب أن تكون فى حركة مستمرة فى التعديل والتطوير وبما يتناسب والتغيرات الحادثة فى المجتمع.

ومناهج التربية الرياضية بالمدارس الثانوية باختلاف أنواعها العام والفنى لا تتغير طبقاً لنوعيات التعليم الثانوى المختلفة. وهذا الاتجاه فى الواقع لا يتماشى مع طبيعة العمل الذى يقوم به المتعلمون فى نوعيات التعليم المختلفة بمجهرية مصر العربية، ويتعارض فى نفس الوقت مع الكثير فى البحوث التى أكدت أهمية المهنة.

ونظراً للتقدم الحالى فى الإنتاج واستخدام الآلات الصناعية أصبح للعمال الدور الأساسى فى هذا المجال ومن الطبيعى أن عملية الإنتاج تتطلب عمالاً أقوياء وأصحاء وهذا يعنى أن العامل يجب أن يتمتع بقدرات جسمية ومستوى صحى جيد واكتساب قدرات عقلية ومهارية، ومن هنا تتضح لنا أهمية دور التربية الرياضية فى مجال الإنتاج، فالتربية الرياضية أصبحت من الضروريات لعمليات الإنتاج.

ويعتبر المتعلمين فى المدارس الفنية فى دعائم معركة الإنتاج، ولذا يجب أن تشبع المناهج الدراسية تلك المدارس الحاجات الخاصة التى تساعد هؤلاء المتعلمين على مواجهة المستقبل، وأن تتماشى تلك الحاجات مع طبيعة العمل الذى يقومون به، وذلك لأن التعليم الفنى يعتبر مرحلة منتهية لعدد كبير من المتعلمين، ولذا يتطلب ذلك إعداداً خاصاً بالمهنة.

وحيث أن المواد الدراسية بتعليم كل مرحلة يجب أن تتكامل لتحقيق أهداف تلك المرحلة، فإن التربية الرياضية كمادة دراسية يجب أن يكون لها دور كباقي المواد الأخرى فى تحقيق أهداف التعليم، ولذا يجب أن تعدل مناهج التربية الرياضية لكى تتماشى مناهجها بما يتناسب وأهداف التعليم الفنى وطبيعة الدراسة به

وذلك فى إطار ما تسعى إليه الدولة من تطوير لمختلف جوانب التعليم بما فيه التعليم الفنى .

*** دواعى الاهتمام بالتربية الرياضية فى قطاع التعليم الفنى :**

١ - ندرة البحوث والدراسات التى تتعلق بالتربية الرياضية بالمدارس الفنية،
فبالرغم من تعدد الدراسات التى تناولت برامج التربية الرياضية فى التعليم
العام بالمراحل التعليمية المختلفة إلا أنه لا توجد دراسات تناولت برامج
التربية الرياضية فى المدارس الفنية بالشكل المناسب .

٢ - برامج التربية الرياضية بالمدارس الفنية هى نفس برامج التربية الرياضية
بالتعليم الثانوى العام بالرغم من اختلاف كلتا النوعيتين فى أهداف الدراسة
وخططها وطبيعتها، وهو ما يستلزم وضع برامج خاصة للتربية الرياضية يتم
تنفيذها فى المدارس الفنية وتمشى مع طبيعة الدراسة بها .

٣ - أن تلاميذ المدارس الفنية تشكل عدداً لا يستهان به فى القوى البشرية فى
المجتمع المصرى، وهى فى نفس الوقت تعتبر مجالا خصباً لإصابة الأفراد
بالتشوهات القوامية بما يفرضه العمل فى التدريبات المهنية لساعات وسنوات
طويله فى أوضاع محددة مما قد يؤدى إلى حدوث بعض التشوهات التى
تؤثر بالتالى على إنتاجية المعلمين فى تلك المدارس مما يشير إلى ضرورة بناء
برامج تربية رياضية وقائية لهذه المرحلة .

٤ - يعتبر المعلمين فى المدارس الفنية من دعائم معركة الإنتاج، ولذا يجب أن
تشبع البرامج الدراسية بتلك المدارس الحاجات الخاصة والتى تساعد هؤلاء
المعلمين على مواجهة المستقبل، وأن تمتشى تلك الحاجات مع طبيعة العمل
الذى يقومون به، خاصة وأن التعليم بالمدارس الفنية يعتبر مرحلة متتمة
لعدد كبير من المعلمين ولذا يتطلب ذلك إعداداً خاصاً بالمهنة .

*** أهداف منهاج التربية الرياضية فى المدارس الفنية :**

عندما وضع هدف لمنهاج التربية الرياضية بالمدارس الفنية فإنه يجب أن يعمل
على : « تنمية القدرات البدنية والفسولوجية والمهارية والإدراكية والانفعالية بما

يتناسب مع طبيعة العمل المهني من خلال أنشطة حركية مختارة وموجهة وفقاً لمتطلبات هذه المرحلة».

ويمكن تقسيم هذا الهدف إلى الأغراض التالية:

١ - أن يكتسب المتعلم من خلال ممارسة التمرينات النبائية والعلاجية والتعويضية القوام الجيد، بما يحقق لهم الوقاية من التشوهات الناتجة عن طبيعة العمل المهني وذلك من خلال تمرينات مقننة في الدرس والورشة وكواجب منزلي .

٢ - أن يعتاد المتعلم أثناء أعماله اليومية والمهنية اتخاذ الأوضاع الطبيعية بما يحقق له سلامة القوام، وذلك من خلال تزويده بالمعارف والمعلومات المرتبطة بصحة القوام.

٣ - أن يكتسب المتعلم مهارات أساسية متطورة ترفع مستوى لياقته البدنية من خلال تنمية بعض الصفات البدنية التي تتمش مع طبيعة تخصصه .

٤ - أن ينمي لدى المتعلم العمل الهارموني بين الجهاز العصبي والعضلي لإنتاج الحركات المناسبة لأعماله اليومية والمهنية وذلك من خلال تدريبات للتوافق والدقة التي يمكن اكتسابها من ممارسة الحركات الانتقالية والغير انتقالية.

٥ - أن يكتسب المتعلم المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية وفقاً لقدراته ومن خلال مستويات متدرجة في تطبيق النواحي الفنية والخطية بما يساهم في اكتشاف التلاميذ الموهوبين، بما يعمل على ثقل مهاراتهم وإعدادهم للبطولة وذلك من خلال تنظيم للأنشطة الداخلية والخارجية.

٦ - أن يتعرف المتعلم على أهمية الممارسة الحركية المنظمة في بناء المتعلم في جانب وفي رفع كفاءته الإنتاجية من جانب آخر وذلك من خلال تعاريفه بموضوعات الثقافة البدنية والرياضية وتشجيعه على إنتاج وسائل إعلامية وتعليمية في هذا المجال .

*** الأسس التى يجب أن يركز عليها منهاج التربية الرياضية فى المدارس الفنية،
تتمثل فيما يلى:**

- ١ - تحقيق أهداف التربية الرياضية كنشاط تربوى موجه يحقق النمو الشامل المتزن بدنياً ومهارياً وإدراكياً وانفعالياً.
- ٢ - مناسبة الأنشطة المختارة لقدرات المتعلمين واستعداداتهم من جانب والإمكانات المادية والبشرية من جانب آخر.
- ٣ - تعويض المتعلم من خلال الأداء الحركى عما يتعرض له من مشكلات بدنية وقوامية وفسولوجية ناتجة عن نوع الدراسة المهنية.
- ٤ - مناسبة البرنامج لميول واتجاهات واحتياجات المتعلمين
- ٥ - أن تتحدى أنشطة البرنامج قدرات المتعلمين بما يسمح باستثارة دافعيتهم لتحقيق العائد التربوى والترويحى المستهدف.
- ٦ - أن تحقيق أنشطة البرنامج تكامل الشخصية من حيث علاقة المتعلم مع ذاته وعلاقته مع الآخرين.
- ٧ - أن يراعى فى تنظيم الأنشطة تحقيق مبادئ الاستمرارية، والتتابع، والتكامل، والتنوع.
- ٨ - توفير أدوات قياس ناتج الخبرات التى يتعرض لها المتعلم.

*** بناء منهاج تربية رياضية بالمدارس الفنية**

ولبناء منهاج تربية رياضية خاص بالمدارس الفنية يجب أن نطرح تلك التساؤلات:

- ١ - هل يتناسب منهاج التربية الرياضية المنفذ حالياً بالمدارس الفنية مع متعلمى هذه المرحلة؟
- ٢ - ما هى أهم الصفات الغالبة على عمل المتعلمين المدارس الفنية من حيث:
- نسبة المواد العملية المهنية فى المنهج المدرسى.

- الأجزاء الجسمية الأكثر استخداما للمتعلم خلال التدريبات المهنية .
- عناصر اللياقة الأكثر حاجة للمتعلم لمقابلة التدريبات المهنية .
- ٣- ما هى أكثر التشوهات القوامية التى يتعرض لها المتعلمون فى هذه المرحلة خلال التدريبات المهنية .
- ٤ - ما هى التغيرات الفسيولوجية المصاحبة لاداء المتعلم أثناء التدريبات المهنية؟
- ٥ - ما هى الأنشطة الرياضية المفضلة للمتعلمين فى المدارس الفنية؟
- ٦ - ما هى اتجاهات المتعلمين فى المدارس الفنية نحو النشاط الرياضى؟
- * توجيهات عامة لمنهاج التربية الرياضية بالمدارس الفنية:**
- أولاً: الإطار العام للمنهاج.**

يجب تنفيذ منهاج التربية الرياضية وفقاً لما يلى:

- ١ - درس التربية الرياضية ويشتمل على:
 - أ - الإحماء والإعداد البدنى العام ومدته عشرون دقيقة.
 - ب - نشاط فردى أو جماعى بالتبادل بين دروس الأسبوع ومدته عشرون دقيقة.
 - ج - نشاط ختامى وتهدة ومدته خمس دقائق.
- ٢ - النشاط الداخلى: وهو نشاط اختياري سواء فى الممارسة أو فى الاشتراك فى نوع النشاط، وينظم له برنامج يومية لمدة ساعة على الأقل لجميع المتعلمين على أن يراعى تنوع الأنشطة، وإدخال أنشطة قد لا يتضمنها الدرس.
- ٣ - النشاط الخارجى: وهو نشاط للمتفوقين رياضياً وتنظم له وحدات تدريب أسبوعية تستغرق كل منها ساعة ونصف، ثلاث مرات لكل فريق.

*** الطرق والوسائل المستخدمة فى المنهاج.**

يجب أن تتناسب الطرق مع الإمكانيات المتوفرة وقدرات المتعلمين وتحقيق هدف الدرس وطرق التعلم الحديثة. وذلك من خلال ما يلى:

- استخدم التدريب الدائرى والمحطات فى جزء الإعداد البدنى بمجموعتيها العامة والخاصة .

- استخدم التعليم الحر والتعليم المبرمج والتعليم من خلال مواقف اللعب .

- استخدم الوسائل السمعية البصرية - استخدام الأدوات المتوفرة فى البيئة .

- تدعيم تعليم المهارات بالمعلومات والمعارف المرتبطة بالأداء الفنى والخططى .

- الاهتمام بالتقرير «الخوافز» سواء من خلال القياس أو المكافآت .

* أساليب تقويم المنهاج .

وأساليب تقويم المنهاج تتمثل فيما يلى :

- مجموعة من اختبارات اللياقة والقوام .

- اختبارات رقمية فى مسابقات الميدان والمضمار .

- جمل حركية وتحكيم للمهارات فى الجمباز وأنشطة اختبار الذات وأنشطة العاب المضرب .

- مجموعة من اختيارات الأداء المهارى فى الأنشطة الجماعية .

- مجموعة من الاختبارات المعرفية .

- تصميم كارت لكل متعلم يضم مجالات التقويم المختلفة له .

- تصميم سجل يمثل التقويم الشامل لكل صف دراسى فى نهاية كل عام دراسى .

ثانيا : البرامج التنفيذية للمنهاج.....

ويجب أن يتم تنفيذ خبرات وأنشطة البرامج التنفيذية لمنهاج التربية الرياضية فى المدارس الفنية من خلال خمسة مكونات هى :

١ - درس التربية الرياضية، ويقترح له درسين على الأقل إسبوعياً، ويتكون من:

أ - إحماء وتمارين بنائية عامة

لتنمية عناصر اللياقة التالية: التحمل العضلى - الدقة - السرعة رد الفعل - المرونة - التوافق - القوة العضلية، وتستغرق عشرين دقيقة فى كل درس ويدعم

بمعلومات ومعارف مرتبطة بالقوام والصحة العامة من خلال نقاط تعليمية، وتؤدي في شكل محطات أو مجموعات بنظام التدريب الدائري بحيث يحدد لكل متعلم جرعة الحمل في كل محطة، ويراعى المعلم إعادة تقنين الحمل كل ستة أسابيع وفقاً لقدرة المتعلم وقياس مستواه في كل منها مع وضع ذلك في بطاقة موضح بها العنصر وتقويم مستواه بدرجة معيارية في كل عنصر وفقاً لجدول معياري.

ب - أنشطة فردية:

يختار المتعلم أحد الأنشطة التالية: مسابقات الميدان والمضمار - جمباز - أنشطة اختبار الذات - ألعاب المضرب ليمارسها خلال درس التربية الرياضية مرة إسبوعياً وفي خلال عشرين دقيقة وفقاً لميوله.

ج - أنشطة جماعية:

يختار المتعلم أحد الأنشطة التالية: كرة السلة - كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد ليمارسها خلال درس التربية الرياضية - مرة إسبوعياً وفي خلال عشرين دقيقة وفقاً لميوله، على أن تصاحب عملية اكتساب الأداء المهارى بمجموعة من المعلومات والمعارف عن تاريخ الأنشطة الجماعية والقوانين وشروط الأداء الفني والخططي لها.

٢ - التمرينات التنشيطية والتعويضية داخل حجرات التدريبات المهنية:

تؤدي بشكل إجباري لجميع الصفوف والتخصصات بواقع من ٣: ٥ دقائق أثناء فترات الراحة بين دروس التدريبات المهنية. وهي تمرينات إجبارية لجميع المتعلمين وتناسب مع طبيعة العمل المهني ويشرف عليها أثناء التنفيذ معلمو التدريبات المهنية. وتؤدي في شكل وحدات تستغرق كل منها شهراً ونصف (٦ أسابيع) وتتضمن حركات تنشيطية في المكان تمرينات تعويضية تضم أربعة تمرينات على الأقل تعمل على تقوية المجموعات العضلية غير العاملة في التدريبات المهنية - تمرينات استرخاء.

٣ - تـمـرـيـنـات وقائـة عـلاجـية يمارسها المتعلم المصاب بالتشوهات القوامية كواجب منزلى:

تؤدى بواقع ١٥ دقيقة - يومياً «كواجب منزلى» ويصمم للمتعلم كارت يضم مجموعة من التمرينات تبلغ ثمانية تمرينات فى الوحدة يمارسها لمدة شهر ونصف «٦ أسابيع» ومدعمة برسوم توضيحية - ويحددها معلم التربية الرياضية مع طبيب المدرسة بناءً على اختبارات الكشف على القوام، ويحدد تكرار التمرينات بناءً على حالة المتعلم المصاب، ومعلم التربية الرياضية يقوم باعطاء المعلم التعليمات الخاصة بكيفية أداء التمرينات فى نهاية درس التربية الرياضية أو فى متابعته أثناء تنفيذه النشاط الداخلى بالمدرسة (بشكل فردى).

٤ - النشاط الداخلى

يتم داخل المدرسة فى شكل أنشطة يشارك فى تنظيمها المتعلمون، كذلك من الممكن أن يعاون فى إدارة هذه الأنشطة بعض معلمى المواد المختلفة من المهتمين بالنشاط الرياضى خاصة مدرس المواد المهنية، ويجب أن يضم النشاط الداخلى الأنشطة التالية:

- مجموعة من الأنشطة الفردية «مسابقات المضمار والميدان - أنشطة اختبار الذات - ألعاب المضرب» - أنشطة جماعية «قدم - سلة - يد - طائرة».
- أنشطة ترويحية.
- أنشطة الخلاء وتضم «مسابقات خلوية - معسكرات اليوم الواحد» ويتعلم فيها المتعلم مايلى:

- * إيقاد النار وأنواعها وكيفية إطفاء حلقة النار واستخدام أدوات الحريق.
- * الإسعافات الأولية - البوصلة واستخدامها.
- * كيفية استخدام - البلطة فى تقطيع الأشجار.
- * كيفية بناء الخيمة وعمل الكراسى وأشياء أخرى من الخشب والحبال.

* كيفية عمل المعسكرات .

* تعليم المتعلمين كيفية إخراج المجالات التي تضم المعلومات والثقافة الرياضية، كذلك كيفية تصميم أجهزة تعليمية أو تدريبية خاصة بالتربية الرياضية .
- تدعيم المتعلم بمعارف ومعلومات رياضية سواء عن طريق الإذاعة أو مجلات الحائط أو المحاضرات أو الندوات أو أثناء الدروس الاحتياطية ومن الممكن أن تشمل الثقافة الرياضية على ما يلي :

* دور الأنشطة الرياضية فى البناء التربوى .

* دور الأنشطة الرياضية فى محاربة المخدرات والسموم البيضاء والتدخين وفى المحافظة على الصحة العامة

* دور الأنشطة الرياضية فى شغل أوقات الفراغ وفى زيادة الإنتاج .

٥ - النشاط الخارجى .

ويجب أن يضم مجموعة الأنشطة التنافسية والتي تتم وفقا للخطة الموضوعية من قبل الإدارة العامة للتربية الرياضية والمديريات التعليمية ويفضل أن تكون فى الأنشطة المفضلة للمتعلمين .

دور منهاج التربية الرياضية فى التعليم الأزهرى*

التعليم الأزهرى ينظمه القانون رقم ١٠٣ لعام ١٩٦١ وهذا التعليم الدينى مجانى فى جميع مراحلها، ويتكون التعليم الأزهرى من المراحل التالية:

- ١ - مدارس تحفيظ القرآن وهى تمثل المرحلة الأولى:
- ٢ - المدارس الإعدادية الأزهرية ومدة الدراسة بها حالياً ثلاث سنوات ويحصل فيها المتعلم على العلوم التى تدرس فى الحلقة الثانية من التعليم الأساسى العام إلى جانب علوم الدين واللغة.
- ٣ - المعاهد الثانوية الأزهرية ومدة الدراسة بها أربع سنوات ويقبل بها الحاصلون على الشهادة الإعدادية الأزهرية.
- ٤ - التعليم العالى فى الجامعة الأزهرية التى تضم عدداً من الكليات مثل كليات الطب والهندسة والدراسات العربية والإسلامية والزراعة ومدة الدراسة بهذه الكليات تختلف باختلاف الكلية ويقبل بها الحاصلون على الشهادة الثانوية الأزهرية.

أهداف مادة التربية الرياضية فى التعليم الأزهرى (إعدادى - ثانوى)

الهدف العام:

إكتساب المتعلم كفاية بدنية واجتماعية ونفسية وعقلية تتناسب ومرحلة نموه حتى يتمكن من التكيف مع الحياة بأقل مجهود ممكن، مع تزويده بروح رياضية واجتماعية ومهارات حركية ترويحوية تساعد على المعيشة فى المجتمع الإنسانى عامة .

* الإدارة العامة للمعاهد الأزهرية - إدارة التربية الرياضية - منهاج التربية الرياضية للقسم الإعدادى والثانوى

الأهداف الخاصة:

- ١ - تعريف المتعلم بحاجة النمو الجسمى ودور التربية الرياضية فى الوفاء بهذه الحاجات.
- ٢ - العناية بالقوام والاهتمام بأوضاعه السليمة فى السكون والحركة المساعدة على علاج ماقد يصيب الجسم من عيوب.
- ٣ - إكتساب اللياقة البدنية وصفات المرونة والرشاقة وسرعة التلبية والجرأة وقوة التحمل والجلد وتنمية التوافق العضلى العصبى لاكتساب الكفاية البدنية.
- ٤ - ممارسة الحياة الصحية السليمة.
- ٥ - التأهيل للقيادة الرشيدة والتبعية المستنيرة وتحمل المسؤولية فى نطاق التعاون والتآخى وذلك بإتاحة الفرص المناسبة لممارسة الأساليب الديمقراطية السليمة.
- ٦ - تنمية الروح الرياضية واحترام القانون والتعاون وإنكار الذات.
- ٧ - العناية بالفرد بإتاحة مجالات النشاط الرياضى المناسب لحاجاته وميوله وقدراته.
- ٨ - تنمية وتثبيت الميول والهوايات الرياضية وإتاحة فرصة النجاح فى المنافسات الرياضية.
- ٩ - توفير الرعاية اللازمة للمتعلمين المتخلفين جميعاً وصحياً وذوى الانحرافات النفسية منهم كل حسب حاجاته وظروفه.
- ١٠ - إشراك المتعلم فى رسم وتنظيم خطط النشاط.
- ١١ - المساهمة فى تدريب المتعلمين خلال النشاط (داخلى - خارجى) على ممارسة العلاقات الإنسانية وضبط النفس وتنظيم الانفعالات عند النصر أو الهزيمة.
- ١٢ - إكتساب المتعلم ثقافة رياضية عامة.
- ١٣ - دعم المواد الدراسية الأخرى ذات الصلة بالتربية الرياضية عن طريق الترابط الكلى.

١٤ - تعزيز المعلمين على الإسهاب فى الخدمة العامة وبخاصة خدمة المعهد والبيئة والمجتمع عن طريق النشاط الرياضى .

توجيهات عامة لمتاهاج التربية الرياضية فى التعليم الأزهرى (إعدادى - ثانوى)

١ - يتبع المعلم خطة سنوية لعمله سواء بالنسبة للدرس أو النشاط داخل الدرس ويكون ذلك مقسم على فترات زمنية .

٢ - يراعى اختيار الطريق المناسبة لتنفيذ الوحدات بما يتناسب مع البيئة الإمكانات مع مراعاة الخبرة ومستوى الكفاية والأداء والفروق الفردية .

٣ - يوجه المعلم عناية خاصة فى اختيار التمرينات بما يكفل تنمية اللياقة البدنية وتربية القوام كما يراعى استعمال الأدوات المناسبة فى هذا الجزء من الدرس كلما أمكن ذلك مع العناية بالمعلمين المتخلفين بدنياً والذين يعانون الانطواء وغيره من المشاكل النفسية .

٤ - للمعلم حرية اختيار طريقة التدريس والتى يرى أنها تحقق أغراض الدرس علماً بأن التدريبات المبتكرة والألعاب التمهيدية والمنافسات التى تعتمد على تطبيق المهارات الأساسية عامل أساسى فى نجاح الدرس والارتفاع بمستوى الأداء .

٥ - يجب بث الجهود لحث المعلمين على ارتداء الزى الرياضى اللازم للدرس التربية الرياضية وأنشطتها لما له من قيمة صحية واقتصادية وفنية .

٦ - يقوم المعلم باختيار ألوان النشاط الرياضى والحركى التى تتيح للمتعلم فرصة اكتشاف استعداداته وميوله وقياس قدراته ومهاراته الذاتية كما يوجه الطالب إلى تسجيل نتائجه فى بطاقة خاصة فى الألعاب ذات المقاييس - كما يعمل على رعاية النبوغ الرياضى (أزمنة - مسافات - مرات) .

٧ - عند تنظيم النشاط الداخلى لابد وأن تكون صحة وسلامة المتبارين فى الاعتبار الأول ولكى يتحقق ذلك لابد من ضمان الآتى :

أ - إخضاع جميع المعلمين للكشف الطبى الدقيق مرة على الأقل فى العام .

ب - ألا يشترك المتعلم الذى كان مريضاً فى أى نشاط ، ويبذل مجهوداً إلا بعد موافقة الطبيب .

ج - أن يراعى المعلم عنصر السلامة فى ملاعب المعهد.

٨ - مطالبة معلم التربية الرياضية بضرورة إدراج حصص التربية الرياضية فى أول اليوم الدراسى حتى يكون هناك فائدة من الحصة.

٩ - يترك للمعلم الاختيار فى تنفيذ جزء المهارة:

أ - أما أن يقوم بتعليم المهارتين فى حصة (رياضات - ألعاب) ثم يتم التطبيق فى الحصة التالية.

ب - أو يقوم المعلم بتعليم مهارة ثم يتم تطبيقها فى حصة ثم يتم تعليم المهارة الثانية وتطبيقها فى الحصة التالية.

١٠ - يعد المعلم حصة كل ٤ أسابيع يقيم فيها نشاطا حرا الهدف منه تطبيق المهارات السابقة تدريسيها أو قياسها.

١١ - يفضل أن توضع خطة المعهد عن طريق معلم التربية الرياضية وتحت إشراف الموجه على أن تكون من الخطة العامة.

درس التربية الرياضية فى التعليم الأزهرى:

حددت عناصر الدرس على النحو التالى:

١ - التمرينات البدنية الشاملة لكافة المجموعات العضلية العاملة بالجسم والتي تعمل على رفع مستوى اللياقة البدنية للطلبة وتشمل:

أ - تمرينات حرة.

ب - تمرينات توقيتية.

ج - تمرينات باستعمال أدوات.

د - تمرينات لياقة بدنية.

٢ - الرياضات الأساسية وتشمل:

أ - ألعاب القوى.

ب - الجمباز.

٣ - الألعاب وتشمل:

- كرة قدم.

- كرة سلة.

- كرة يد.

- كرة طائرة.

توزيع المهارات الأساسية على الجدول فى القسم الإعدادى الأزهرى

أ - الصف الأول:

رقم الجدول	الرياضات/ الألعاب	نوع المهارات
١	ألعاب قوى كرة قدم	(جرى) تعويد النزول على المشطين مع تحريك الذراعين بالطريقة الصحية. الجرى بالكرة بوجه القدم الأمامى الداخلى .
٢	ألعاب قوى كرة قدم	(جرى) البدء العالى مع سباق ٣٠ متر . ركل الكرة بباطن القدم .
٣	ألعاب قوى كرة قدم	(وثب طويل) تحديد قدم الارتقاء من الثبات ثم الاقتراب والارتقاء . استلام الكرة بباطن القدم .
٤	ألعاب قوى كرة قدم	(وثب عالى) تحديد قدم الارتقاء ثم الارتقاء والوثب فوق حبل منخفض والهبوط الصحيح ضرب الكرة بالرأس من الثبات .
٥	جمباز كرة يد	الأوضاع الاساسية (الطعنات والموازين) استقبال الكرة باليدين (عال - مستوى النظر - منخفض)
٦	جمباز كرة يد	العملية فتحاً تمريره الكتف (مع التوقف - مع الحركة).
٧	جمباز كرة يد	الدرجة الامامية من الإقعاء ثم من الوقوف . تنطيط الكرة (منخفض - عال).
٨	جمباز كرة يد	ربط العجلة بالدرجة الامامية . التصويب من الكتف (مع التوقف - مع الحركة).

ب - الصف الثانى :

نوع المهارات	الرياضات/ الالعاب	رقم الجدول
(جرى) البدء العميق مع الجرى وملاحظة توافق الذراعين مع الرجلين . الجرى بالكرة بوجه القدم الأمامى الخارجى .	ألعاب قوى كرة قدم	١
(جرى) منافسات فى العدو المتزايد السرعة . ركل الكرة بوجه القدم . الأمامى الداخلى .	ألعاب قوى كرة قدم	٢
(وثب عالى) الوثب من خطوة واحده ثم من الجرى مع الهبوط الصحيح . . كتم الكرة بأنكل القدم (بالنعل) .	ألعاب قوى كرة قدم	٣
(وثب طويل) الوثب مع ملاحظة المشى فى الهواء والهبوط . ضرب الكرة بالرأس من الحركة .	ألعاب قوى كرة قدم	٤
الوقوف على الرأس . وقفة الاستعداد العادية والمتوسطة - تحريك القدمين .	جمباز كرة طائرة	٥
الوقوف على الرأس من الدرجة الأمامية . التمرير من أعلى (للأمام - للخلف) .	جمباز كرة طائرة	٦
وقوف على اليدين بالمساعدة (بجر) . التمرير من أسفل (بذراع - بالذراعين) .	جمباز كرة طائرة	٧
العجلة من الجرى الإرسال من أسفل .	جمباز كرة طائرة	٨

ج - الصف الثالث :

نوع المهارات	الرياضات/ الألعاب	رقم الجدول
(جرى) عمل منافسات بين الطلاب فى العدو مع التأكد على الوضع الصحيح للجسم أثناء الجرى . ركل الكرة بوجه القدم الأمامى الخارجى .	ألعاب قوى كرة قدم	١
(وثب عالى) الوثب على الارتفاعات متدرجه . رمية التماس من الثبات	ألعاب قوى كرة قدم	٢
(وثب طويل) التأكيد على ما سبق وعمل منافسات المهاجمة بكتف اللاعب .	ألعاب قوى كرة قدم	٣
(جله) مسك الجله - الوقفة الصحيحة - الدفع . المراوغة : ١ - من الإمام بالتمويه للجانب ٢ - من الجانب بتغيير السرعة ٣ - من الخلف بشئ الجذع للجانب	ألعاب قوى كرة قدم	٤
الدحرجة الخلفية من (التكور - الوقوف) مسك الكرة والتمريرات الصدرية والمرتدة .	جمباز كرة سلة	٥
الوقوف على الرأس من الدحرجة الأمامية تنظيف الكرة والتمرير .	جمباز كرة سلة	٦
الوقوف على اليدين ثم الدحرجة الأمامية السلم	جمباز كرة سلة	٧
الشفلة الأمامية على اليدين بالمساعدة . التصويب باليدين	جمباز كرة سلة	٨

توزيع المهارات الأساسية على الجدول فى القسم الثانوى الأزهرى

أ - الصف الأول:

رقم الجدول	الرياضات/ الألعاب	نوع المهارات
١	العاب قوى كرة قدم	(جرى) تعويد على السرعة وعمل منافسات . . الجرى بالكرة بوجه القدم الأمامى .
٢	العاب قوى كرة قدم	(التتابع) منطقة التسليم والتسلم وكيفية التسليم والتسلم من العدو . . ركل الكرة بوجه القدم الأمامى .
٣	العاب قوى كرة قدم	وثب عالى بالاقتراب ثم الارتقاء والوثب مع ملاحظة وضع الجسم على الهواء . . كتم الكرة بباطن وخارج القدم .
٤	العاب قوى كرة قدم	(وثبة ثلاثية) من الاقتراب والحمل والوثب مع الهبوط الصحيح . ضرب الكرة بالرأس مع الوثب العالى .
٥	جمباز كرة يد	العجلة ١/٤ لفة إعادة على مهارات المرحلة الاعدادية .
٦	جمباز كرة يد	الوقوف على الرأس ثم دحرجة أمامية التصويب مع الوثب (أماما - عاليا) .
٧	جمباز كرة يد	الوقوف على اليدين ثم عمل دحرجة أمامية خداع حارس المرمى: بسحب ذراع الرامى - انتظار - استجابة حارس المرمى - تغيير مكان التصويب .
٨	جمباز كرة يد	الشقبة على اليدين . الهجوم الخاطف (فردى - جماعى) .

ب - الصف الثاني :

رقم الجدول	الرياضات/ الالعاب	نوع المهارات
١	العاب قوى كرة قدم	(جرى) من البله المختلف مع التاكيد على زيادة السرعة . رمية التماس من الحركة .
٢	العاب قوى كرة قدم	(وثبة ثلاثية) الجرى السريع والوثبة الثلاثية . امتصاص الكرة بوجه القدم الأمامى .
٣	العاب قوى كرة قدم	(وثب عالى) الوثب على ارتفاعات مختلفة . . المهاجمة لقطع الكرة
٤	العاب قوى كرة قدم	(الجله) مسك الجله ودفع الجله من الحركة . امتصاص الكرة بالفخذ .
٥	جمباز كرة طائرة	دحرجة خافية . وقفة الاستعداد الجانبية .
٦	جمباز كرة طائرة	عجلة مع ١/٤ لفة ثم دحرجة خلفية . الارسال من أعلى (التنس) .
٧	جمباز كرة طائرة	وقوف على اليدين . الضربة الساحقة - الضربة المستقيمة .
٨	جمباز كرة طائرة	الشقبة على اليدين حائط الصد (لاعب واحد) .

ج - الصف الثالث :

نوع المهارات	الرياضات / الألعاب	رقم الجدول
(عدو) عمل منافسات مع التأكيد على ماسبق دراسته . ركل الكرة بوجه القدم الأمامى طائرة ونصف طائرة.	العاب قوى كرة قدم	١
(وثب عالى) عمل منافسات مع التأكيد على ما سبق دراسته . . امتصاص الكرة بالفخذ	العاب قوى كرة قدم	٢
(وثبة ثلاثية) عمل منافسات مع التأكيد على ماسبق دراسته المراوغة : - من الأمام بالمرور بالكرة من جانب المدافع المندفع . - من الجانب بتحريك القدم فوق الكرة . - من الخلف بالتمويه وثنى الجذع وترك الكرة تمر من الجانب الآخر .	العاب قوى كرة قدم	٣
(دفع الجلة) عمل منافسات مع التأكيد على ما سبق دراسته . المهاجمة بالزحلقه من الجانب .	العاب قوى كرة قدم	٤
الدرجة الأمامية مع تقاطع الرجلين للوقوف وعمل درجة خلفية . التمريرات الصدرية والمرتدة من الجرى بالكرة .	جمباز كرة سلة	٥
الوقوف على اليدين من الميزان الأمامى ثم عمل درجة أمامية . السلم .	جمباز كرة سلة	٦
عجلة مع ٤ / ١ لفة ثم درجة خلفية مكوره ثم مفرودة . التصويب بيد واحدة	جمباز كرة سلة	٧
الشقلبة على اليدين . الخداع .	جمباز كرة سلة	٨