

الفصل الأول

التربية البدنية مفهومها وأهداف تدريسها

- مفهوم التربية البدنية وأهميتها
- أهداف تدريس التربية البدنية
- أوجه التعلم في منهج التربية البدنية
- ترجمة أهداف تدريس التربية البدنية إلى أوجه التعلم

obeikandi.com

تمهيد:

يهدف هذا الفصل إلى دراسة مفهوم التربية البدنية وأهداف تدريسها.

و يبدأ بتحديد مفهوم التربية البدنية وأهميتها ثم يتعرض لمجموعة من التعريفات ويوضح كيف أن هناك علاقة وثيقة بين الأهداف العامة للتربية وأهداف التربية البدنية.

ويتعرض الفصل أيضاً لأهداف تدريس التربية البدنية وكيف أنها منبثقة من الأهداف العامة للتربية التي تحددها فلسفة المجتمع وسياسة الدولة.

كما يوضح أيضاً مفهوم الهدف وأهميته وتحديد صياغته ثم يتعرض لأهداف تدريس التربية البدنية.

ويعالج الفصل أيضاً أوجه التعلم في منهج التربية البدنية وأخيراً يتناول الفصل أهداف تدريس التربية البدنية وترجمتها لأوجه التعلم.

وفيما يلي توضيح لهذه النواحي..

أولاً: مفهوم التربية البدنية وأهميتها:

تعتبر التربية البدنية مظهراً من مظاهر التربية العامة فهي عملية تعديل في سلوك الفرد بما يتناسب مع متطلبات المجتمع الذي يعيش فيه، وهي حلقة في سلسلة من العوامل التي تساعد على تحقيق الأهداف التربوية للمجتمع، ومن ثم فأهداف التربية البدنية ما هي إلا أهداف منبثقة من الأهداف العامة للتربية، وهي وسيلة مهمة لرفع المستوى الصحي وتطوير القدرات الإنتاجية التي تعتبر من مستلزمات الحياة فهناك رابطة وثيقة بين ممارسة الرياضة

والصحة، الأمر الذي يتطلب منا أن تكون التربية البدنية موضع الاهتمام في جميع المراحل التعليمية المختلفة، فهي تساعد على إعداد المواطن الصالح من جميع جوانبه حتى أنها أصبحت من المؤشرات المهمة التي تدل على التقدم الحضارى للمجتمع وأصبح تطورها والاهتمام بها ضرورة من ضرورات الحياة وواجبا اجتماعيا مهما يجب أن نعمل على تحقيقه.

وترجع أهمية التربية البدنية إلى تأثيرها على جميع جوانب نمو التلميذ المختلفة سواء أكانت جوانب جسمية أو عقلية، معرفية وحسية حركية وانفعالية واجتماعية، ولا شك أن جميع هذه الجوانب تعمل كوحدة متماسكة يؤثر كل منها فى الآخر بصورة واضحة وأي نقص أو اضطراب في جانب من هذه الجوانب يؤدي إلى اضطراب في التكوين العام للشخصية.

والتربية البدنية جزء لا يتجزأ من النظام الإجمالي للتعليم فهي تكمل الخبرات الأخرى للبرامج التعليمية والتربية في المراحل التعليمية المختلفة، وتبدو قيمتها واضحة بما تساهم به في تحقيق الأهداف العامة للتربية فهي تساعد على النمو المتكامل للتلميذ من جميع جوانبه بطريقة مثلى بصفته عضواً في المجتمع.

ولقد تعددت التعريفات لمفهوم التربية البدنية ولعل في استعراض بعض التعريفات لعلماء التربية البدنية ما يلقي الضوء على مفهومها ومن هذه التعريفات ما يلي:-

- هي الجزء المتكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

- هي وجه من أوجه التربية العامة التي تسعى إلى تحقيق الأهداف عن طريق الأنشطة البدنية الحركية المحببة للنفس.

- هي ذلك الجانب المتكامل من التربية الذي يعمل على تنمية الفرد وتكيفه جسمانياً وعقلياً واجتماعياً عن طريق الأنشطة البدنية المختارة والتي تمارس تحت إشراف قيادة صالحة لتحقيق أسمى القيم الإنسانية.

- هي وسيلة للتربية عن طريق نواحي النشاط الجسماني التي تعمل على النمو والتطور في السلوك الإنساني.

- هي تربية عامة ولكن عن طريق استغلال ميل الأفراد للحركة والنشاط، كما أنها عملية تعديل للفرد وتشكيله بما يتناسب مع متطلبات وأهداف المجتمع الذي يعيش فيه، وذلك عن طريق الأنشطة الرياضية المختلفة.

وبمناقشة هذه التعريفات يتبين لنا أنها تجمع على أن التربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة وتسعى إلى تحقيق أهدافها عن طريق الأنشطة البدنية.

وناحية أخرى تجمع عليها كافة التعريفات وهي أن التربية البدنية تلعب دوراً مهماً وحيوياً في إعداد الفرد للحياة اللائقة من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

والجانب الذي أعطاه التعريف الثالث أهمية أيضاً هو تنمية الفرد من جميع الجوانب عن طريق الأنشطة البدنية التي تمارس تحت إشراف قيادة صالحة لتحقيق أسمى القيم الإنسانية.

ومما سبق يتبين لنا أن التربية البدنية في ضوء هذه التعريفات والمفاهيم

هي ذلك الجانب المتكامل من التربية الذي يعمل على إعداد الفرد للحياة
اللائقة من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية عن طريق
ممارسة الأنشطة البدنية تحت إشراف قيادة صالحة.

ثانياً: أهداف تدريس التربية البدنية

تعكس التربية عادة حضارة المجتمع وقيمه ومثله، كما تعكس حاجات
وأمانى أفراد المجتمع، كما أن الظروف السياسية والاقتصادية
والاجتماعية هي التي تحدد طبيعة التربية في مجتمع ما، وكذلك أهدافها
وغاياتها، وبدراسة الهدف العام للتربية بدولة الكويت، يتضح لنا أن هذا
الهدف قد خضع لما جاء في دستور الدولة، كما أنه جاء متمشياً مع طبيعة
المجتمع الكويتي وظروفه السياسية والاجتماعية والاقتصادية فتمت
صياغته كالتالي:

« تهدف العملية التربوية بدولة الكويت إلى تهيئة الفرص المناسبة
لمساعدة الأفراد على النمو الشامل المتكامل روحياً وخلقياً وفكرياً
 واجتماعياً وجسماً إلى أقصى ما تسمح به استعداداتهم وإمكاناتهم في
ضوء طبيعة المجتمع الكويتي وفلسفته وآماله، وفي ضوء مبادئ الإسلام
 والتراث العربي والثقافة المعاصرة بما يكفل التوازن بين تحقيق الأفراد
 لذواتهم وإعدادهم للمشاركة البناءة في تقدم المجتمع الكويتي خاصة
 والمجتمع العربي والعالمي عامة ».

وتستمد التربية البدنية أهدافها من أهداف التربية العامة التي تتمشى
مع اتجاهات الدولة، كما تهدف مناهج التربية البدنية لمراحل التعليم
المختلفة إلى تحقيق القدر الأكبر من أهداف التربية العامة بما يتناسب مع

خصائص وسمات المرحلة السنية، وذلك عن طريق إعداد جيل يتوافر في بنائه تكامل النمو العقلي والنفسي والبدني والتعرف على الفروق الفردية بين التلاميذ وكذلك تزويد التلاميذ بالحقائق والخبرات بالقدر المناسب لأعمارهم بجانب تشجيع التلاميذ على ممارسة الأنشطة المختلفة، علاوة على إعداد الطاقات البشرية اللازمة لأوجه النشاطات المختلفة.

والتربية البدنية واحدة من المواد التي تدخل في المناهج الدراسية وأهدافها تشتق من الأهداف العامة للعملية التربوية وتحقق أهداف هذه العملية في كل مرحلة من مراحل التعليم.

وهناك مستويات متعددة من الأهداف فهناك أهداف عامة للنظام التعليمي ككل وهي أهداف تحددها فلسفة المجتمع وسياسة الدولة في زمن معين، كذلك هناك أهداف عامة لكل مرحلة من مراحل التعليم، فمن البديهي مثلاً أن تختلف أهداف المرحلة الابتدائية عن أهداف المرحلة الثانوية وعن أهداف التعليم العالي والجامعي وداخل كل مرحلة، لكل مادة من المواد التعليمية أهداف خاصة بها تختلف عن أهداف المواد الأخرى ولكنها تحقق في مجموعها أهداف المرحلة المعينة.

وبذلك يتبين لنا أن لكل مادة من المواد التعليمية أهدافاً تعمل على تحقيقها وتصلح أكثر من غيرها لتحقيقها بل ويتضح لنا أن المادة التعليمية الواحدة تحقق أهدافاً معينة في مرحلة تعليمية وفي مرحلة أعلى تسعى نفس هذه المادة إلى تحقيق أهداف أخرى أكثر اتساعاً وعمقاً وتركيباً، وقبل تحديد أهداف تدريس التربية البدنية فإننا نرى توضيح ما يلي:

أ- الهدف مفهومه وأهمية تحديده وصياغته

الأهداف هي حجر الزاوية في العملية التعليمية وهي بمثابة التغيرات التي تتوقع أن يحدثها المنهج في شخصيات التلاميذ، وبعبارة أخرى يمكن القول: إن الهدف هو وصف لتغيير سلوكي نتوقع حدوثه في شخصية التلميذ نتيجة مروره بخبرة تعليمية أو تفاعله مع موقف تدريسي معين.

وتنبع أهمية تحديد الأهداف من كونها عملية حيوية توجه العمل التربوي وتبتعد به عن الارتجال والعشوائية، ولذلك يجب أن نحدد الأهداف التعليمية تحديداً إجرائياً حيث إن هذا التحديد يساعد على ما يلي:-

- اختيار خبرات التعلم المناسبة:-

لا شك أن تحديد الأهداف يساعد على انتقاء الخبرات التعليمية الفعالة فالزيادة الهائلة في المعرفة العلمية وتطور العلوم المختلفة ومنها أيضاً علوم التربية البدنية يجعل الاختيار ضرورة حتمية. ومن هنا تبرز لنا أهمية تحديد الأهداف على أساس أنها تمثل لنا نقطة البداية في تحديد خبرات التعلم.

- اختيار أساليب التدريس والوسائل التعليمية المناسبة:-

إن وضوح الأهداف وتحديدها يساعد إلى حد كبير في عملية اختيار طرق التدريس والوسائل التعليمية المناسبة، وهذا بدوره يساعد المدرس على خلق المواقف التعليمية، ولما كان مجال التربية البدنية من المجالات التي يمكن أن تتنوع فيها الأنشطة لذا أصبح اختيار الوسيلة المناسبة والنشاط الفعال ضرورة ترتبط في أساسها بعملية تحديد الأهداف.

- إجراء عملية التقويم على أسس سليمة:-

لا يمكن أن يكون التقويم سليماً إلا إذا استند إلى أهداف واضحة ومحددة إجرائياً تعين على تشخيص مواطن القوة والضعف في المناهج وترشد إلى الوسيلة المناسبة لقياس التعبير في سلوك التلاميذ، وعملية تحديد أهداف تدريس التربية البدنية تفيد في إجراء التقويم المناسب لأن مجال التربية البدنية يشتمل على العديد من الأنشطة المختلفة.

ب- صياغة الأهداف:

عدم وضوح الأهداف قد يؤدي إلى زيادة الاهتمام بنواح معينة في السلوك على حساب بقية النواحي، ومن هنا تظهر أهمية العناية بصياغة الأهداف وكتابتها بطريقة سلوكية إجرائية تراعى فيها الأسس التالية:

- أن يكون الهدف محدداً واضحاً فإذا ما غمض الهدف فإننا سنختلف في تفسيره ومن ثم في اختيار الخبرة التي يمكن من خلالها تحقيقه.
- أن يمكننا ملاحظة الهدف في ذاته وفي نتائجه كأن نقول مثلاً أن يسبح التلميذ مائة متر بطريقة الفراشة في ثلاث دقائق فإن هذا الهدف نلاحظه في ذاته أي مباشرة.
- أن يمكننا قياس الهدف فإن ذلك سوف يساعد على قياس مدى تحقيقه أو مدى تعلم التلميذ وتعديل سلوكه.
- أن يُذكر الهدف على أساس مستوى التلميذ وليس على أساس مستوى المعلم لأن التلميذ هو محور العملية التعليمية.
- أن يرد في عبارة الهدف التعليمي ما يعرف باسم الحد الأدنى للأداء فإن ذلك سوف يساعد على قياس مدى تعلم التلميذ ومدى تحقيقه للهدف ويذكر الحد الأدنى للأداء بطريقة كمية مثل (مائة متر)

و(ثلاث دقائق) في الهدف السابق ذكره وبطريقة كيفية مثل كلمة طريقة (الفراشة) في نفس الوقت.

- أن تحتوي عبارة الهدف على فعل سلوكي أو إجرائي يشير إلى نوع من السلوك ومستوى معين من هذا النوع يريد أن يحققه التلميذ. ولكي يكون الهدف التعليمي مكتوبا بطريقة سلوكية لا بد أن يحتوي على المركبات التالية:-

أن + فعل سلوكي + التلميذ + مصطلح من المادة + الحد الأدنى للأداء.
مثل:-

أن يؤدي التلميذ مهارة الإرسال بحيث تمر الكرة فوق الشبكة وتسقط في الملعب المقابل ٣ مرات من خمس محاولات.

وهذا النمط من الأهداف يسمى بالأهداف السلوكية وهي تفيد كلا من المعلم والتلميذ في معرفة ماذا يجب إنجازه فهي تشير إلى:-

- السلوك الذي يعرض مثل نوع النشاط الذي يؤدي.

- الشروط التي يجب توافرها عند الأداء.

- المحك الخاص بالأداء المرغوب.

وهناك ثلاثة أنواع من السلوك وهي:

السلوك المعرفي، السلوك الحركي، السلوك الوجداني.

١- أمثلة لبعض الأهداف المعرفية مصاغة بطريقة سلوكية

- أن يتعرف التلميذ على وضع الجسم الصحيح (وضع الذراعين والرجلين والرأس).

- أن يتعرف التلميذ على أهمية النشاط الرياضي مثل المحافظة على الصحة.
- أن يشرح التلميذ طريقة أداء المهارة الحركية المتعلمة.
- أن يتعرف التلميذ على الأوضاع الأساسية للجسم مثل (الوقوف - جلوس التربع - الرقود - الانبطاح).
- أن يميز التلميذ بين الأجهزة والأدوات مثل (الصندوق، المقعد، المرتبة....).
- أن يتعرف التلميذ على الأشكال التنظيمية المختلفة في درس التربية البدنية مثل (الصفوف، الانتشار، الدوائر....).
- أن يعرف التلميذ المصطلحات الخاصة باللعبة.

٢- أمثلة لبعض الأهداف المهارية مصاغة بطريقة سلوكية

- أن يستطيع التلميذ الجري بسرعات مختلفة.
- أن يستطيع التلميذ الوثب بطرق مختلفة بقدم واحدة وبالقدمين معاً.
- أن يستطيع التلميذ الجري بين مواقع مختلفة.
- أن يستطيع التلميذ التعلق لأطول مدة ممكنة.
- أن يستطيع التلميذ تصويب الكرة على هدف محدد.
- أن يستطيع التلميذ قذف كرة طرية لأبعد مسافة.
- أن يستطيع التلميذ قذف كرة إلى هدف معين على الحائط ولقفاً بعد ارتدادها.

٣- أمثلة لبعض الأهداف الوجدانية مصاغة بطريقة سلوكية

- أن يهتم التلميذ بنظافة الملعب والفصل.
- أن يشارك التلميذ في تجهيز الأدوات الخاصة بالدرس.

- أن يشعر التلميذ بالبهجة والسعادة من خلال اللعب.
- أن يعاون التلميذ زملائه الضعاف أثناء الدرس.
- أن يكتسب التلميذ اتجاهًا إيجابيًا نحو درس التربية البدنية.
- أن يساعد التلميذ مجموعة في تنفيذ خطط اللعب.
- أن يقدر التلميذ قيمة التربية البدنية في بناء جسمه.

وفي ضوء ما سبق يتضح لنا مدى أهمية الصياغة السليمة للأهداف ومكانتها في العملية التعليمية، حتى يمكن أن تساعد في اختيار خبرات التعلم وانتقائها وتقييمها والاسترشاد بها عند التخطيط للتدريس، كما يتضح لنا مدى حاجة مناهج التربية البدنية بدولة الكويت إلى أهداف تكون أكثر تفصيلاً ووضوحاً وتحديدًا وشمولاً، وتراعي في الوقت نفسه الشروط والطرق السليمة في تصنيف الأهداف وصياغتها وتكون أكثر قرباً والتصاقاً بطبيعة دراسة التربية البدنية وحاجات المجتمع الكويتي واتجاهاته والأهداف العامة للتربية والتعليم وأهداف المراحل التعليمية المختلفة، كما تراعي جوانب النمو والخصائص النفسية للتلاميذ. وبناء على ما سبق نحدد فيما يلي أهداف تدريس التربية البدنية وترجمتها بعد ذلك إلى أوجه التعلم.

أهداف تدريس التربية البدنية:

- ١- إكساب التلاميذ المعارف والمعلومات والمفاهيم التي تتصل بأنشطة منهج التربية البدنية.
- ٢- تنمية وتطوير عناصر اللياقة البدنية (القوة العضلية، السرعة، التحمل، المرونة، الرشاقة).

- ٣- تطوير المهارات الحركية الأساسية، وتعليم التلاميذ المهارات الحركية الخاصة بأنشطة منهج التربية البدنية.
- ٤- تبصير التلاميذ بالاستعمال السليم للأدوات والأجهزة الرياضية، والعناية بها.
- ٥- تدريب التلاميذ على الإسعافات الأولية.
- ٦- تحسين المستوى الصحي للتلاميذ عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية.
- ٧- تنمية وتثبيت الميول والهوايات الرياضية لاستغلالها في شغل وقت الفراغ.
- ٨- إكساب التلاميذ اتجاهًا سليمًا نحو ممارسة الأنشطة الرياضية.
- ٩- إكساب التلاميذ عادات السلوك الاجتماعي والانفعالي والقيم التربوية.
- ١٠- تنمية قدرة التلاميذ على الإحساس بالجمال وتذوقه وحسن التصرف والابتكار.

ثالثاً: أوجه التعلم في منهج التربية البدنية

- ما هي أوجه التعلم؟

يتفق المشتغلون بالتربية وعلماء النفس على أن أوجه التعلم هو نشاط يقوم به الكائن الحي ينتج عنه تعديل أو تغير في السلوك، وإذا اعتبرنا أن كل سلوك يتوقف على ما يتعلمه الفرد من مفاهيم ومهارات واتجاهات، فإننا نستطيع أن نصل إلى التغير السلوكي المطلوب عن طريق تحديد أوجه التعلم اللازمة لهذا التغير، ومثل هذا التحديد يعد الطريق السليم نحو تحديد الأهداف تحديداً إجرائياً يمكن ترجمتها إلى أوجه التعلم.

سوف نجد أن هناك اختلافاً في الآراء حول أوجه التعلم أو جوانبها فالبعض يتحدث عنها كأنواع للتعلم ويصنفون التعلم إلى ثلاثة أنواع أساسية: الفكري والحركي، والانفعالي، إلا أنهم يؤكدون على الترابط بين الأنواع الثلاثة.

أما البعض الآخر فيناقشها تحت عنوان نتائج التعلم وذلك لأن التعلم يؤدي إلى محتوى عقلي جديد واستجابات انفعالية جديدة ومهارات جسمية واجتماعية جديدة.

ويبدو أن هذا الاختلاف ناتج عن اختلاف الزاوية التي ينظر منها إلى التعلم فإذا نظرنا إليه من ناحية محتوى التعلم ومادته فإنه يمكن تصنيف هذا المحتوى إلى تلك الأنواع التي أشير إليها، أما إذا نظرنا إليه من ناحية نتائجه فإنه يمكن أيضاً تصنيف هذه النتائج إلى تصنيفات مشابهة لذلك، فسواء اعتبرت هذه النواحي أوجهاً للتعلم أو نتائجاً له، فإن ما يهمنا هنا أننا نستطيع بالرغم من وحدة التعلم أن نميز بين ثلاثة جوانب للتعلم وهي:

- جوانب التعلم المعرفية.

- جوانب التعلم المهارية (النفس حركية).

- جوانب التعلم الوجدانية أو الانفعالية.

أ- جوانب التعلم المعرفية

تؤكد هذه الجوانب على نواحي التعلم العقلية التي تتركز حول التذكر أو الاسترجاع لما سبق تعلمه، كذلك تتضمن أوجه التعلم التي تدور حول

التفكير وحل المشكلات مع ما يتضمنه من معلومات ومفاهيم، وكما هو معروف فإن القطاع الأكبر من الأهداف العملية التعليمية التربوية يقع في هذه الناحية.

ب- جوانب التعلم المهارية (النفس حركية)

تؤكد هذه الجوانب على نواحي التعلم المهارية التي تتركز حول بعض المهارات الحركية أو الفعلية وحول القدرة على استعمال الأدوات أو حول الأفعال التي تحتاج إلى التوافق العصبي والحركي. إلا أن المهارات ليست مقصورة على الناحية الحركية فقط، بل أيضاً هناك المهارات الاجتماعية والعقلية.

ج- جوانب التعلم الانفعالية الوجدانية

تؤكد هذه الجوانب على نواحي التعلم الانفعالية، وهي تهتم بالتشكيل النفسي للمتعلم وتتعلق بإحساسه أو انفعاله أو درجة تقبله لموضوع مادة التعلم أو نفوره منها. والكثير من أوجه التعلم في هذه الناحية يعبر عنه تحت اسم الميول والاتجاهات وأوجه التقدير.

وهذه النواحي ليست منفصلة عن بعضها البعض بل جميعها متكاملة، وكل ناحية من هذه النواحي تعتبر هدفاً تربوياً وأي عمل تربوي لا بد أن يرمي إلى تحقيق هذه الجوانب، ويتضمن التعلم في كل مادة هذه الأوجه أو الجوانب التي أشرنا إليها، إلا أن بعضها يظهر بصورة أكثر من الآخر وفقاً لطبيعة المادة الدراسية، فمثلاً يظهر الجانب المهاري في مادة التربية البدنية أكثر من الجوانب الأخرى.

وسنحاول فيما يلي أن نحدد المقصود بكل جانب من جوانب التعلم في منهج التربية البدنية.

أوجه (جوانب) التعلم في منهج التربية البدنية:

١- أوجه (جوانب) التعلم المعرفية:

لا شك أن اكتساب المعرفة هدف مهم وأساسي في كل منهج دراسي والمعرفة مهما كان نوعها، فإن زيادتها تنمي الفرد بالحقائق، كما أن المعرفة ضرورية لتنمية القدرات العقلية والمفاهيم تمكن الفرد من التعلم والتمييز، كما أنها تساعد على انتقال أثر التعلم.

والتربية البدنية تبدأ من قاعدة متسعة من المعارف والحقائق التي تتجمع وتصنف بناء على العوامل المشتركة بينها لتعطي ما يسمى بالمفاهيم، ثم تعجم هذه المفاهيم في علاقات متبادلة لتعطي ما يمكن أن يكون قانوناً علمياً.

ولنأخذ مثالا على ذلك في مجال التربية البدنية وهو تحسين عناصر اللياقة البدنية، هنا نجد مجموعة من الحقائق المحسوسة ويمكن أن نخرج منها بالمفاهيم مثل مفهومنا عن عنصر السرعة والقوة والتحمل والرشاقة وغيرها من عناصر اللياقة البدنية وعن طريق تبادل العلاقات بين تلك الحقائق والمفاهيم بعضها مع بعض يمكن أن نستخلص مفاهيم أخرى مترابطة مثل قوة التحمل، والقوة المميزة بالسرعة، وتحمل السرعة... وغيرها، كما أنه يمكن أن نستخلص قانوناً علمياً نتيجة للعلاقات مبينة عناصر اللياقة البدنية مثل:

$$\frac{\text{الشغل}}{\text{الزمن}} = \frac{\text{القوة} \times \text{المسافة}}{\text{الزمن}} = \text{القدرة} = \text{القوة} \times \text{السرعة}$$

وغیرها من القوانين في مجال التربية البدنية.

٢- أوجه (جوانب) التعلم المهارية

ميدان التربية البدنية هو أحد الميادين التي تعتمد الدراسة فيه على العديد من المهارات، وهذه المهارات ليست مقصورة على المهارات الحركية فقط ولكنها تشتمل أيضاً على المهارات الانفعالية والمعرفية، وذلك لأن العمليات المهارية لا تعمل مستقلة عن العمليات المعرفية والانفعالية، فالعلاقة بين المجال الانفعالي والمجال المهاري وثيق الصلة ومن الممكن أن يدعم كل منهما الآخر إيجابياً أو سلبياً.

٣- أوجه (جوانب) التعلم الانفعالية

- الاتجاهات

يتوقف اكتساب الاتجاهات على أسلوب تدريس المعلم إلا أن نوع هذه الاتجاهات يرتبط ارتباطاً مباشراً بالمادة التي تدرس، فمثلاً كيف يمكن أن يكون هناك اتجاه إيجابي لأهمية التربية البدنية للتلاميذ ما لم تتضمن المادة الدراسية حقائق عن أهمية التربية البدنية للصحة العامة، وعندما نقوم بتحديد أوجه التعلم، يجب ألا نغفل الاتجاهات بل يجب أن نؤكد عليها.

- نواحي التذوق وأوجه التقدير

اكتساب نواحي التذوق وأوجه التقدير مثل اكتساب الاتجاهات يتوقف على أسلوب التدريس.

ويستطيع منهج التربية البدنية أن يلعب دوراً مهماً في تنمية هذه القدرة على سبيل المثال يمكن تعويد التلاميذ على الإحساس بالنظافة والتنسيق في اللعب والملبس والمحيط الذي يعيشون فيه، أو تقدير الأسلوب المهذب في

المعاملة في المواقف المختلفة، ومن خلال ذلك يتكون لدى التلاميذ أوجه التقدير والقيم الجمالية.

ومن العرض السابق يتضح لنا أن منهج التربية البدنية يتضمن أوجه التعلم التي تتمثل في الناحية الفكرية والحركية والانفعالية.

فهي تعمل على إكساب التلميذ المعلومات والمهارات والاتجاهات والقيم اللازمة للحياة العملية حتى يكون الهدف النهائي هو تعديل سلوك التلميذ بالشكل المرغوب.

ومما هو جدير بالذكر أن هناك علاقة بين أوجه التعلم جميعها فنجد أن هناك علاقة بين الناحية الفكرية، وبين الناحية المهارية والانفعالية وهي أن تحقيق جانب في إحدى النواحي يصلح لأن يكون وسيلة لتحقيق جانب في الناحية الأخرى. وتحقيق الفرص من كل هذه الأوجه لا يعتمد فقط على محتوى المنهج، إنما أيضاً على كيفية تنفيذ هذا المحتوى، أي على طريقة وأسلوب التدريس.

رابعاً: ترجمة أهداف تدريس التربية البدنية إلى أوجه التعلم

سنحاول فيما يلي إعطاء بعض الأمثلة لترجمة بعض أهداف تدريس التربية البدنية إلى أوجه التعلم وتشمل المعلومات والمفاهيم، والمهارات والاتجاهات وأوجه التقدير.

١- إكساب التلاميذ المعارف والمعلومات والمفاهيم التي تتصل بأنشطة

منهج التربية البدنية.

ولتحقيق هذا الهدف يتطلب دراسة الآتي:

أ- معلومات ومفاهيم

- معلومات مبسطة عن الأدوات والأجهزة الرياضية.
- معلومات مبسطة عن طريقة حفظ الأدوات.
- معلومات عن الأشكال التنظيمية المستخدمة في درس التربية البدنية.
- معلومات مبسطة عن أهمية التربية البدنية.
- معلومات مبسطة عن طبيعة كل نشاط من أنشطة المنهج سواء في الألعاب أو ألعاب القوى أو الجمباز.
- إيضاح أجزاء الحركة الرئيسية سواء في نفس الدرس أو الدروس التالية.

ب- مهارات

- التدريب على الأشكال التنظيمية بسرعة ونظام.
- ممارسة جميع أنشطة المنهج ومحاولة إتقانها.
- اليقظة عند رؤية نموذج الحركة ومحاولة تقليدها تقليدًا صحيحًا.
- التدريب على سرعة الاستجابة وتنفيذ أوامر المعلم بدقة وسرعة.
- التدريب على إحضار الأدوات وإرجاعها والمحافظة عليها.

ج- اتجاهات نحو

- النظام في جميع الأدوات وحفظها.
- نظام ونظافة المكان المخصص للعب.
- مسايرة التطور والسرعة في إنجاز العمل.

د- نواحي التذوق وأوجه التقدير

- تعزيز أهمية التربية البدنية لرفع المستوى الصحي.
- تقدير التنظيم في حياة الأفراد.

٢- تنمية وتحسين الصفات البدنية (القوة، السرعة، التحمل، المرونة والرشاقة):

هذا الهدف يتطلب دراسة الآتي:

أ- معلومات ومفاهيم

- معلومات مبسطة عن الصفات البدنية وأهمية تحسينها وتطويرها.
- معلومات مبسطة عن أهمية الصفات البدنية كأساس لتعليم المهارات الحركية.
- مفهوم القوة العضلية.
- مفهوم التحمل.
- مفهوم المرونة.
- مفهوم السرعة.
- مفهوم الرشاقة.

ب- مهارات

- التدريب على التمرينات لتقوية عضلات الذراعين والرجلين والبطن والظهر.
- تدريب التلاميذ على الأداء المستمر لفترة معينة لإكسابهم صفة التحمل.
- إعطاء التلاميذ تمرينات لمرونة المفاصل.
- القدرة على أداء الحركات بسرعة وكذلك إحضار وإرجاع الأدوات والأجهزة الرياضية بسرعة ونشاط.
- التدريب على المشي والجري والوثب والقفز برشاقة وخفة في الحركة.

ج- اتجاهات نحو

- تحمل المسؤولية عند تكرار الحمل أو زيادته وبإنجاز ما يطلب بأمانة.
- الإخلاص في العمل وبذل أقصى جهد.
- أهمية التربية البدنية لأفراد الشعب عامة وللتلاميذ خاصة.
- الاهتمام بالاختبارات الرياضية المحددة والعمل والتدريب للوصول إلى المستوى المرغوب.

د- نواحي التذوق وأوجه التقدير

- تقدير المجهودات التي تبذل لتحسين وتطوير عناصر اللياقة البدنية.
- الإحساس باعتدال القوام.
- تذوق الأداء الحركي السليم والإحساس بالجمال ورشاقة الحركات الأرضية.

٣- تطوير المهارات الحركية الأساسية وتعليم التلاميذ المهارات الحركية الخاصة بأنشطة منهج التربية البدنية:

يتطلب هذا الهدف دراسة الآتي:

أ- معلومات ومفاهيم

١- المهارات الحركية الأساسية

- معلومات مبسطة عن المهارات الحركية الأساسية مثل (المشي والجري والحجل، والارتداد والوثب) وأهمية التربية البدنية في تحسينها وتطويرها.

- معلومات مبسطة عن الحركات المحورية مثل (المرجحة، الشني، المد، اللف، الدوران، القذف، الرمي، اللف، الدفع).

- مفهوم الحركات الأساسية وهي الحركات التي يستخدمها الإنسان في حياته بصورة دائمة.
- مفهوم الحركات المحورية وهي الحركات التي تؤدي للجسم في مكانه.

٢- المهارات الخاصة بأنشطة منهج التربية البدنية

- معلومات مبسطة عن أنشطة المنهج (ألعاب، ألعاب القوى، الجمباز).
- معلومات مبسطة عن الألعاب المحددة بالمنهج (الكرة الطائرة، كرة اليد، كرة القدم).
- معلومات مبسطة عن أنشطة ألعاب القوى (الجري، العدو، التتابع، الوثب العالي، والوثب الطويل، دفع الجلة.. إلخ).
- فكرة عامة عن الحركات الأرضية المحددة بالمنهج مثل:
الدرجة الأمامية، والدرجة الخلفية، الوقوف على اليدين، والقبة، وجمباز الأجهزة والقفز على المهر.. إلخ وفكرة عن أنواع الوثبات.

ب- مهارات

- تدريب التلاميذ على المشي والجري، الحجل، الارتداد، الوثب، المرجحة والثني والمد بأنواعه والدوران واللف بأنواعه والقذف والرمي واللقف والتدريب على الدفع والشد.
- تعليم وتدريب التلاميذ على مهارات الكرة الطائرة.
- تعليم وتدريب التلاميذ على مهارات كرة اليد.
- تعليم وتدريب التلاميذ على مهارات كرة القدم.

- تعليم وتدريب التلاميذ طريقة الكشف عن قدم الارتقاء.
- تدريب التلاميذ على دفع بعض الكرات الطبية.
- تدريب التلاميذ على استخدام الأدوات والأجهزة الرياضية.
- تعليم التلاميذ وتدريبهم على الدرجة الأمامية.
- تعليم التلاميذ وتدريبهم على الدرجة الخلفية.
- تعليم التلاميذ وتدريبهم على الوقوف على الرأس.
- تعليم التلاميذ وتدريبهم على الوقوف على اليدين.
- تعليم التلاميذ وتدريبهم على أداء القبة.
- تعليم التلاميذ وتدريبهم على أنواع الوثبات المختلفة.

ج- اتجاهات نحو

- أهمية التعاون بين أفراد المجموعات.
- تحمل المسؤولية لإحراز النصر.
- التنافس الشريف.
- احترام القوانين والقواعد.
- أهمية الرياضة في حياة الأفراد.

د- نواحي التذوق وأوجه التقدير

- تقدير التنافس بين المجموعات.
- تذوق الأداء الجيد للمهارات.
- تقدير النظام وأهميته.
- الإحساس بجمال الحركة وسلاسة الأداء.