

الوثيقة المرافقة

لمنهج مادة التربية البدنية والرياضية

السنة الأولى متوسط

المقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

أصبح الإنسان في عالمنا الحديث عبدا لكثير من التقنيات ، هو مخترعها تحسبا للقيام بواجباته الحيوية بسهولة و حرية تامة. لكن كلما تطورت التكنولوجيات كلما تظهر حرته شكلية و لم تترك له الوقت الكافي ليكون إنسانا ممتزنا فأصبح في سباق متعب بين رغباته في الترفيه عن نفسه وترويضها و بين وتيرة حياته اليومية المرهقة وما ينتج عنها من اضطرابات نفسية واجتماعية . فعلى المربين وخاصة أساتذة التربية البدنية أن يهتموا بهذا الواقع اليومي المعاش بمساعدة المتعلمين وتحضيرهم بصفة جيدة ومرتنة لاحتواء هذه الحالة النفسية الاجتماعية و مجابتهها بعزم لكي لا ينحرفوا نحو الأمراض المتفشية في المجتمع كالتدخين والمخدرات والكحول والعنف والكآبة والاستسلام وأمراض أخرى، والتي تعتبر جراح الحضارة الحالية، وتكوينهم وترغيبهم في الحياة السليمة والنشطة وحب بذل الجهد في الملاعب الرياضية وفي الطبيعة بدلا من الحياة المستسلمة المضطربة . فعلى كلنا وأكثر من أي وقت مضى أن نعطي لتلاميذنا ثقافة عامة في التربية البدنية التي لا تنحصر في اكتساب مهارات فنية بل فتح المجال لمعرفة حركات نفعية وتبني سلوكيات حميدة لتكوين مواطن الغد المتفتح النشط .

فنضع بين أيدي المربين هذا الدليل المنهجي نوضح فيه ما جاء من مستجدات ومعلومات خاصة بتدريس المادة في ظل المقاربة بالكفاءات المعتمدة من طرف وزارة التربية الوطنية في إطار إصلاح المنظومة التربوية.

العناصر المقترحة في هذا الدليل تمكن الأستاذ من :

- 1- الفهم الجيد لأهداف مادة التربية البدنية والرياضية وأبعادها التربوية في ظل هذه المقاربة المعتمدة، وهو العنصر الذي أردناه كمدخلا لهذا الدليل.
- 2- الاطلاع على الشروحات الخاصة بالمقاربة بالكفاءات.
- 3- كيفية تناول المنهاج و تطبيقه في الميدان.
- 4- فهم استراتيجيات تعليم/ تعلم وطرق التدريس المعتمدة.
- 5- الدعم بتوجيهات تربوية.
- 6- الدعم بنموذج لإنجاز وحدة تعلمية.
- 7- الدعم بنموذج لإنجاز حصة تعليمية.
- 8- كيفية توظيف التقييم وأبعاده التربوية ، وكذا عمليات التقويم وتقدير نتائج التلاميذ.
- 9- معلومات حول تعليمية المادة والأنشطة البدنية والرياضية.
- 10- مدونة الوسائل التعليمية وكيفية استعمالها في الميدان.
- 11- مصطلحات بيداغوجية.

المدخل

تعتمد مادة التربية البدنية و الرياضية على مختلف النشاطات الحركية العامة .
وتناولها يتمشى و التجانس مع المقاربة المعتمدة ، من حيث تنمية الجانب البدني العام ، و المهارات الفكرية و الحركية، و بناء شخصية التلميذ، وكذا تنمية القدرات و عوامل التنفيذ (المداومة ، السرعة ، الاستطاعة التنسيق الحركي العام و التوازن ...).

ولما كانت المدرسة تبجل هذا المسعى الحيوي الهام، فالتعلم بواسطة النشاطات البدنية و الرياضية يمكن التلميذ من الاندماج في الحياة اليومية ويدفع به للتعايش مع محيطه المألوف .
وللاستجابة لإنشغالات التلميذ ، ومواكبة هذا التعايش ، حددت مقاييس علمية و بيداغوجية تسيّر و تنظم نشاطات المادة حتى تساهم بكل فعالية في تنمية الكفاءات المنتظرة في المسار الدراسي بحيث :

- 1- تساهم في تنمية قدرات التلميذ الحركية التي تستدعي إمكانيات التنفيذ الحركي (السرعة- المداومة- القوة-المرونة-التنسيق-التوازن-.....)
- 2- تساهم في تحسين مهارات التلميذ الفكرية ، و النفسية - الحركية انطلاقا من قدراته المكتسبة و تحويلها من ممارسة بسيطة عادية إلى ممارسة نفعية.
- 3- تساهم في بناء شخصية التلميذ المميزة.
- 4- تساهم في تنمية قدرات الإدراك التي تسمح له بالتعرف على المعلومات الضرورية و استعمالها لأخذ القرار المناسب أثناء تأدية مهمة أو عمل من جهة، و التحكم في مواجهة المحيط المادي و البشري من جهة أخرى.
- 5- تساعد في تنمية المهارات التي يمكن توظيفها في مختلف النشاطات الرياضية لتمتد إلى النشاطات المدرسية و المهنية بعد ذلك .
- 6- تعلم التلميذ كيفية مواجهة المواقف و تقييم المشاكل المطروحة التي تعترض حياته اليومية ومدى فعالية و تأثير أفعاله و تصرفاته من أجل تحسينها و تطويرها في المواقف الجديدة.
- 7- تمكن التلميذ من اكتساب كفاءات جديدة ناتجة من تعلم مفيد و صالح ، وكذا الوعي بإمكانياته حيث تدفع به إلى التعلم الذاتي و الإبداع.
- 8- تساهم في تنمية التوازن و تحسين الصحة و توفير أحسن ظروف النجاح.
- 10- تعلم تذوق الجهد والتعبير الحركي ، و تنمي روح المسؤولية و التضامن و الانضباط.
- 11- تمكن التلميذ من إثبات ذاته في محيطه الاجتماعي ، الثقافي و المدرسي.

*أهداف المادة في ظل المقاربة بالكفاءات

ليست التربية البدنية و الرياضية غاية في حد ذاتها ، المراد بها تحسين في اللياقة البدنية بواسطة التدريب الرياضي ، الذي يعتمد على التقوية العضلية من جهة والمهارات الفنية وخطط و أنظمة الألعاب التي تكسب النتيجة الرياضية من جهة أخرى .
بل هي وسيلة تربوية ، غايتها إعداد الفرد لمواجهة ما يحول به من متغيرات وتقلبات في الحياة .

كيف ندرك هذه الأهداف؟

إن اختيار النشاطات البدنية و الرياضية كمحتويات تعليمية دعامة أساسية للمادة ، يتم بناؤها انطلاقا من خصائص هذه النشاطات نفسها، والتي تساعد في تنمية الكفاءات المنتظرة ، من خلال الإشكاليات التعليمية المطروحة ، و نوعية علاقات التلميذ مع محيط عمله و الوسائل المستعملة .
تبرمج النشاطات وفقا للإمكانيات المتوفرة في الميدان ، وتكون محتوياتها متجانسة مع مؤشرات الكفاءة المستهدفة و يتم توزيعها في الزمان عبر وحدات تعليمية .
خلال عملية الإنجاز، يتم تقدير سلوكات التلاميذ الحركية و تقييم نتائج المهارات المحصل عليها (التقييم التشخيصي) وهذا ما يسمح باختيار المحتويات بعد التعرف على :

- المشاكل المطروحة خلال النشاط المستهدف .
 - إمكانيات التلاميذ القاعدية (حركية - نفسية - معرفية) .
 - الاستعداد (كفاءات التحقير ، نوعية العلاقات أثناء العمل) .
- هذا ما يسمح ببناء مخطط تكويني يستدعي :
- إدراك بيداغوجية الفروقات .
 - اختيار طريقة التدريس المناسبة (الطرق النشيطة) .
 - تكييف العمل لمستوى التلاميذ و توزيعهم على أفواج متكاملة فيما بينها .
 - السهر على اختيار حالات تستدعي العمل بالتبادل و المساعدة بين التلاميذ داخل هذه الأفواج .
 - إدماج جميع فئات التلاميذ في العمل دون إقصاء .

أما نشاطات التعلم ؟

- تسمح التربية البدنية و الرياضية باستعمال العديد من النشاطات ، تصنف من حيث الخصائص إلى :
- نشاطات فردية .
 - نشاطات جماعية .

من حيث المسعى، فتبقى موحدة لا تتجزأ، بحيث ترمي إلى تنمية كفاءات لدى التلميذ حيث تستعمل المهارات الحركية المميزة للفنيات الرياضية ، والتي تستدعي التعامل - التعاون - التضامن والقيام بأدوار إيجابية و ناعمة ضمن مجموعة العمل المنتسب إليها .
وترتب النشاطات البدنية و الرياضية على النحو التالي :

1- نشاطات تحدي المواجهة .

- الألعاب الجماعية :
- ككرة البد ، كرة السلة و الكرة الطائرة .
- رياضات التلاحم :
- ترمي إلى المواجهة الرياضية بين الأشخاص .
- كالمبارزة ، المصارعة و الكاراتي .

2- نشاطات الهواء الطلق .

- يمكن إدراجها في إطار النشاطات الخاصة
- كالجولات الرياضية و الاستطلاعية في الطبيعة و المحيطات الخاصة (سباق التوجيه) .
 - النزاهات مشيا أو جريا على الأقدام أو على الدراجات في المحيط الطبيعي السهل التفتقد .
 - الألعاب الرياضية الكبرى داخل و خارج المؤسسة (ألعاب الهواء الطلق) .
 - ألعاب الشاطئ ، ألعاب الجبال ، ألعاب الرمال ، الألعاب في الغابات .

3- نشاطات التحكم في الجسم و المحيط.

- نشاطات ألعاب القوى .
- نشاطات الجري .
- نشاطات القفز .
- نشاطات الرمي .
- النشاطات الجمبازية .
- الجمباز الأرضي .
- الجمباز على الأجهزة .
- الجمباز الإيقاعي .

4- النشاطات المكملّة.

- دروس وتطبيقات حول الحوادث الرياضية و الإسعافات الأولية .
- دروس و تطبيقات حول الوقاية و الأمن الصحي و النظافة .
- دروس نظرية حول أهداف المادة ، تاريخ الرياضات و آثارها الثقافية و العلوم المرتبطة بها .

5- النشاطات اللاصفية.

تكون امتدادا للحصص التعليمية الرسمية، تدخل في إطار النوادي العلمية - الثقافية و الرياضية للمؤسسة و هي عبارة عن فرق رياضية تنافسية مختصة تمثل المؤسسة في المنافسات الرسمية المدرجة في البرنامج الرسمي للرابطة الولائية للرياضة المدرسية إضافة لبرنامج منافسات بين الأقسام و المؤسسات المسطر من قبل الهيئة التربوية في أمسيات يوم الآتين و خلال مناسبات الأعياد الوطنية و الدينية.

المقاربة بالكفاءات

تسعى المدرسة إلى تربية التلميذ وإعداده لمواجهة الحياة اليومية، لما تزوده به من معرفة وتجربة يتحدى بها ظواهرها المختلفة، كما تسمح له بالتطلع إلى الأفاق المستقبلية في أمان. بالإضافة لما تسمح به من ممارسات إجتماعية (المدرسة) خلال الدراسة فإنها تساهم بقدر وافر في تثبيت كفاءات تكون قاعدة للحياة المهنية. إن طبيعة الحياة المدرسية تستلزم الدقة، الانسجام والتجانس بين البرامج التعليمية، وكذا التلميذ الذي نتعامل معه من جهة، وبين هذه المحتويات و حقيقة ميدان العمل من جهة أخرى. كما أنها تفترض نسقا متكاملًا بين جميع أطراف العملية التربوية (الفريق البيداغوجي - إدارة المؤسسة والأولياء) لتحقيق الأهداف التي ترمي إليها المدرسة وتقاسم المسؤوليات. تصبح مسؤولية المربين بيداغوجية و تربوية والتي تخضع للمقاييس التالية :

1- تنظيم العمل في الزمان عبر مراحل التعلم (الطور - السنة - المجال - الوحدة التعليمية - الحصة التعليمية).

2- تنظيم العمل في الميدان (استعمال عقلائي لمساحات العمل).

3- تسيير واستعمال عقلائي للوسائل البيداغوجية المتوفرة في المؤسسة.

4- استعمال وسائل الدعم والإيضاح (كالكراس المادة - المجالات - الملصقات - والدروس نظرية).

تعتمد المقاربة على تنسيق الجهودات والتفكير والمبادرة الجماعية والاهتمام بالتلميذ كأولوية ملحة وإعطاء فرص التعلم للجميع.

كما تسمح بالتوظيف الجيد للتقييم وخلفياته التربوية والتكوينية، والتقدير الجيد لمجهودات التلميذ وما بنجر عليه كنتائج سلوكياته وتصرفاته.

كما يجب اعتماد مبدأ التقويم لضمان صحة العمل وتطويره في الزمان والمكان، والإمام بعنصر التحفيز كأداة عمل ضرورية.

*منطق التدريس بالكفاءات

. مفهوم الكفاءة.

تشمل القدرة على استعمال المهارات والمعارف الشخصية في وضعيات تعليمية جديدة داخل مجال مدرسي أو مهني.

فهي نتيجة تنظيم العمل في الزمان والمكان عبر تخطيط عقلائي مناسب للإمكانيات المتاحة، وتكييف محتويات التعلم لمستوى المتعلم وخصائصه.

تسمح الكفاءة بإنجاز عمل قابل للملاحظة والقياس نتيجة سلوكيات تستدعي مهارات معرفية، نفسية - حركية واجتماعية - وجدانية ضرورية لتحقيق عمل مفيد ولعب أدوار فردية كانت أم جماعية، مفادها المشاركة الطوعية والفعالية للمتعلم في جو التعاون والتضامن والتبادل في الخبرات.

من هذا المنطلق، تصبح الكفاءة مكتسبة توظف من أجل تحسين المستوى والتكيف.

للكفاءة قوة إدماجية تكتسي الطابع الاجتماعي وتأخذ بعين الاعتبار كل المتعلمين حيث تتضمن :

الجزء الكامن.

الذي يعبر عن مجموعة من المعارف والمهارات الحركية، المعرفية والحسية التي تصبح مكتسبات تؤهل المتعلم لمواجهة الظروف الجديد والاستعداد له (المكتسبات والمؤهلات).

أ- الجزء الإجرائي.

وهي عناصر الإنجاز التي تمكن من إدراك الموقف والأفعال و ضرورة تحسينها إنطلاقًا من معايير واضحة و ملموسة (العمل).

*معنى المقاربة بالكفاءات

هي مقاربة أساسها أهداف معلن عنها في صيغة كفاءات يتم اكتسابها باعتماد محتويات منطلقها الأنشطة كدعامة ثقافية و كذا مكتسبات المراحل العلمية السابقة. والمنهج (طرق التوصل والعمل) الذي يركز على التلميذ كمحور أساسي في عملية التعلم.

تتحول هذه المكتسبات إلى قدرات و معارف و مهارات تؤهل التلميذ للاستعداد لمواجهة تعلمات جديدة ضمن سياق يخدم ما هو منتظر منه في نهاية مرحلة تعلم معينة ، أين يكون النشاط البدني و الرياضي دعامة لها (كفاءة مادية : تكوين خاص) . كما يتضمن التعلم عملية شاملة تقتضي إدماج معلومات علمية و أخرى عملية تساعده على التعرف أكثر على كفاءات حلّ المشاكل المواجهة (كفاءة عرضية : تكوين شامل).
يعتبر هذا النهج التربوي حديثاً، إذا ما قورن بالتعليم التقليدي الذي يعتمد على محتويات مفادها التلقين والحفظ . فمسعى هذه المقاربة إذن هو توحيد رؤية تعليم / التعلم من حيث تحقيق أهداف مصاغة على شكل كفاءات قوامها المحتويات . وتستلزم تحديد الموارد المعرفية و المهارية و السلوكية لتحقيق الملح المنتظر (الكفاءة) في نهاية مرحلة تعلم ما .

*مبادئ المقاربة

- 1- تعتبر التربية عملية تسهّل النمو . و تسمح بالتواصل والتكيف و الاهتمام بالعمل .
- 2- تعتبر المدرسة امتداداً للمجتمع ، و لا يليق الفصل بينهما.
- 3- تعتبر التربية عنصراً فعالاً في اكتساب المعرفة.
- 4- تعتبر التربية عملية توافق بين إنشغالات التلميذ و تطلّعاته لبناء مجتمعه.
- 5- تعتبر التعلم عنصراً يتضمن حصيلة المعارف و السلوكات و المهارات التي تؤهله لـ :
أ. القدرة على التعرف (المجال المعرفي).
ب. القدرة على التصرف (المجال النفسي حركي).
ت. القدرة على التكيف (المجال الوجداني).
- 6- تعتبر التلميذ ، المحرك الأساسي لعملية التعلم .
هذا ما يستدعي :
أ. المعارف فطرية موهوبة أو مكتسبة عن طريق تعلم..
ب. القدرات عقلية ، حركية أو نفسية.
ت. المهارات قدرات ناضجة مقاسها: الدقة ، الفعالية والتوازن
- 7- تعتبر الكفاءة قدرة إنجازيه تتسم بالتعقيد عبر سيرورة عملية التعلم ، قابلة للقياس و الملاحظة عبر مؤشراتها.
- 8 تعتبر مبدأ التكامل و الشمولية كوسيلة لتحقيق الملح العام للمتعلّم.

*مبادئ التكامل

لضمان أكثر فعالية و نجاح من حيث تربية التلميذ في شموليته ، يعمل الأستاذ على خلق علاقات بين مختلف المواد التعليمية . مما يمكن التلميذ من إدراك نقاط التقارب بينها ، و قدرة تحليل حقائق العالم الذي يعيش فيه.
يجري هذا التكامل حول الأبعاد التالية :

- التربية الاستهلاكية.
- التربية التنموية.
- التربية البيئية.
- التربية الإعلامية.
- التربية الصحية ، الوقائية والأمن والحياة.

كل هذه المجالات الحيوية تناسب المفاهيم التي تحددها المعارف الضرورية لدعم التفكير والتعلّم بإدماج كل العناصر المحيطة بالتلميذ ، والتي تصبح من إنشغالاته واهتماماته الأولية في المدرسة.
دراسة هذه المجالات تهم جميع المواد التعليمية ، حيث تمكن التلميذ من التعرف على المشاكل التي يعرفها العالم المعاصر، كما يستطيع تنمية فكرة المسؤولية اتجاه ذاته و كذا اتجاه الآخرين.

وهذه ليست موادا في حد ذاتها، بل تصبح عناصر تدمج في جميع مواد التدريس ، لتعطي للتعلم فرصة الإحساس بصحة المعرفة حيث تتأتى :

- عن طريق المعلومات التي تحتويها و توفرها للتعلم ، لتزويده بما يجب معرفته في المدرسة من علوم و تكنولوجيا و ما إلى ذلك.
 - عن طريق التفكير و فرص توظيف مكتسباته العلمية و الإبداعية في ميدان التعلم.
 - عن طريق الفعل المناسب الذي تقترحه هذه المواد خلال عمليات التعلم المختلفة.
 - عن طريق المساهمة في التربية العامة بواسطة التفكير الإيجابي.
- إن دراسة هذه المجالات تعتمد على قوة المعارف التي توفرها ، بفضل المعارف التي يقدمها أساتذ مادة التربية البدنية و الرياضية و استغلالها لدعم المحتويات التي يقترحها على التلميذ في إطار التكامل بين المواد التعليمية ، ويتأتى هذا بـ:
- وضع إستراتيجية ذات جسور تربط مادته بالمواد الأخرى بتبجيل نقاط التقارب بينها.
 - تنسيق محتويات نشاطاته، لأفعال تسمح بها المواد المناسبة لها، ردا على إنشغالات التلميذ (اللغات - العلوم - الفيزياء - الرياضيات - الخ..).
 - دفع التلميذ إلى البحث حول عناصر التقارب التي هو في حاجة لها يدركها في جميع المواد و التي تفيده في تحقيق الربط بينها و بين النشاط الرياضي الذي هو في كنفه.
 - تشاور جميع الأساتذة حول موضوع التقارب و التكامل ، خلال بناء المشروع البيداغوجي من أجل تحقيق الملمح العام للتلميذ.
 - الاعتماد على خبرات التلميذ المكتسبة في كل مادة من أجل التفعيل الإيجابي للتصورات و التصرفات المستهدفة خلال الحالات التعليمية التي تكون متجانسة مع الهدف التعليمي و مؤشرات الكفاءة المستهدفة.
 - دفع التلميذ للاستعانة بالمعارف التي أكتسبها في إطار نشاطات مادة التربية البدنية و الرياضية و استثمارها كمعالم يحتاجها في المواد الأخرى، شعورا بروح المسؤولية و أخذ المبادرة الإيجابية لصالحه و للمصالح العام.

. ما هي السلوكيات المنتظرة مع هذه الأبعاد؟

تحضير التلميذ للتصرف بذكاء و واقعية في مجال الاستهلاك :

- من الناحية الاقتصادية.
- من ناحية الممتلكات والخدمات الخاصة (الطعام - السكن - اللباس-الصحة - النقل - الترفيه - الوقت - العمل - تقدير قيمة الملك والمصلحة في بناء فكرة العلاقة بين النوعية بالسعر).

مفهوم السوق وعلاقته بالمنافسة والإشهار.

- تسيير الميزانية الخاصة - ميزانية العائلة - منبع الثروات - منبع الدخل
- التسديد - المصاريف - الضرائب - الضمانات - المساهمة الإجتماعية الإيداع - البيع و الشراء - المقايضة - التسويق...

- مفهوم الإقتصاد العائلي و الإجتماعي - إقتصاد السوق - الإقتصاد الحر - علاقة الإقتصاد بالتنمية المحلية - علاقة الإقتصاد بتنمية الدولة.
- حماية المستهلك و كيفية اللجوء للسلطات والجمعيات.

الحرمون، النسخة 2014، 1 فنون النشر، النسخة 2014، 1

التربية
الإستهلاكية

تربية الإتصال.

- يتعلم التلميذ كيفية الإستعمال الحر لوسائل الإعلام و المخاطبة و لغات التخاطب.
1. التعرف على الصحافة المكتوبة - السمعية البصرية- المقريية.
 2. التعرف على الصحافة المختصة و المجالات.
 3. التعرف على طبيعة الإعلام و مصادره.
 4. التعرف على مؤسسات الإعلام الوطنية و الدولية.
 5. التعرف على طرق، كفيات، أماكن و مجالات التعبير.
 6. التعرف على طرق، كفيات و تقنيات التعبير و المخاطبة.
 7. التعرف على فضاءات التعبير و المخاطبة.
 8. التعرف على الإعلام الدولي و المغزى منه.

التربية التنمائية.

1. يتعلم التلميذ كيف تتطور البلدان وكيف تنمو و تتقدم.
2. يتعرف على مدى التضامن و تاريخ الثقافات الشعبية و الحضارات.
3. يتعلم كيفية إحترام الهوية الشعبية و احترام الشعوب.
4. يطلع على عدم التكافؤ بين الشعوب و البلدان- التساوي-النمو الإقتصادي و الإجتماعي و الثقافي داخل كل دولة و بين الدول في العالم المعاصر.
5. يتعرف على خصائص النمو الديمغرافي و مشاكل المجاعة و الصحة.
6. يتعرف على مختلف التكتلات الدولية و أسبابها و الأزمات الدولية.
7. يدرك مغزى الحوارات الدولية - المنظمات الوطنية و الدولية - التبادلات بين الدول و مشاكل المديونية.
8. يتعرف على طبيعة التعاون و التضامن بين الدول.

التربية البيئية.

1. يتمكن التلميذ من فهم العلاقات التي توحد بينه و بين محيطه و حاضره المعيش.
2. كيفية التعايش مع محيطه الطبيعي- الإصطناعي و البيولوجي.
3. كيف يتطور المحيط و كيفية حماية فضاءاته.
4. كيفية تهيئة - حماية و تسيير الفضاءات الطبيعية و الإصطناعية.
5. إستيعاب فكرة العمران و الحفاظ على الطبيعة و جمالها و المساهمة في تحسينها و تطويرها و العمل على حب المدينة و محيطها.

التربية الصحية الوقاية و الحياة.

1. توقع أنواع المخاطر و الاستعداد للوقاية منها.
2. تحسين التصرفات الخاصة بالنظافة و الوقاية الصحية
 - النظافة الجسدية.
 - الطهارة الروحية.
 - سلامة العقل و الجسم .
 - ترتيب فترات الراحة و العمل.
3. معرفة أسباب و نتائج الإدمان على المخدرات و التدخين، سوء استعمال الأدوية و عدوى الأمراض المزمنة.
4. معرفة أنواع التغذية - التوازن الغذائي و النظام الغذائي.
5. التحضير للوعي بالتقلبات البدنية- النفسية و العضوية المناسبة لفترات النمو الذي يمر بها التلميذ في مرحلة التعليم المتوسط.
6. الحماية الإجتماعية و قيمة الصحة العقلية و الجسمية في الحياة.

التربية الأمنية.

1. الوعي بالأخطار و التمكن من حماية نفسه و كذا حماية الآخرين منها.
2. التعرف على الأخطار الطبيعية كالفيضانات- البراكين و الزلازل.
3. تصحيح تصرفاته من خلال ممارسة النشاطات البدنية و الرياضية.
4. معرفة المخاطر الناجمة من ممارسة التجارب المدرسية و المهنية.
5. معرفة حوادث المرور : أسبابها- أخطارها و الوقاية منها.
6. معرفة الأخطار المنزلية- الصناعية- المهنية في الحياة اليومية.
7. الإسعافات الأولية (تعلم التصرفات العاجلة البسيطة).

* تصميم الكفاءات في إطار التكامل انطلاقا من هذه الأبعاد التربوية.

إن اهتمام وزارة التربية الوطنية بمبدأ التكامل بين المواد في ظل المقاربة بالكفاءات، هو ضمان تعلمنا شاملا و موحدا، للرفع من المستوى المهاري للتلميذ و قدراته الشاملة لضمان مستقلا أفضل . يقتضي الأمر: إنجاز مشروع مبني على جسور قوامها كفاءات مستعرضة تصبّ فيها المواد التعليمية. وقد صنفت المواد التعليمية حسب تقاربها إلى أربعة ميادين تخدم بعضها البعض من حيث التكامل الأفقي و التكامل العرضي.

فما هو التكامل المنتظر من مادة التربية البدنية و الرياضية مع مجالات التعلم المقترحة؟

1. التكامل مع اللغات.

- التعبير الجيد أمام زملاء و الأستاذ وقدرة استعماله بطريقة جيدة خارج إطار المدرسة.
- الإدلاء بالملاحظات و شرح قواعد و نظام النشاط و العمل.
- كتابة الملاحظات و قراءتها أمام زملاء و الأستاذ.
- البحث حول تاريخ الرياضات كموسوعة حضرية عايشتها الشعوب و المجتمعات.
- كشف العلاقة بين التربية البدنية و الرياضية بالاتصال (قدرة تنمية المهارات اللفظية و الكتابية و كذا الإتصال و التواصل).

2. التكامل مع العلوم الإنسانية و الحياة.

- التعرف على القيم الأخلاقية - الثقافية - الاجتماعية - العقائدية و احترامها.
- احترام الغير و تقبل النقد و الملاحظات و تقبل الفوز و الانهزام كالإخفاق و النجاح.
- التعرف على الطبيعة و قوانينها و كيفية التعايش و المحافظة عليها و على الصحة و الأمن.
- اكتساب ثقة الأفراد و الجماعات.
- القيام بمهام التسيير و التنظيم بدون خلفيات و لا ميول (أدوار إيجابية).
- اكتشاف حقيقة الشعوب و تطورها بفضل التبادلات خلال الممارسات الرياضية.
- التعرف على الشخصيات الرياضية البارزة و مدى تأثيرها على الشباب و المجتمع .
- التفتح على العلوم الأخرى و حب الإطلاع.

3. التكامل مع مواد التربية التجريبية.

- القدرة على التأقلم و التكيف مع الطبيعة ، بعد التعرف عليها و فهم قواعدها و خصائصها.
- التعايش مع الزمان و المكان و إدراك الحسابات الزمنية و الفضائية.
- تقدير الأبعاد - المدى و الحسابات الفكرية.
- التعامل بالقوانين الفيزيائية و تجريبيها.
- التعامل مع الأشكال و الفضاءات الطبيعية.
- ترجمة المعرفة النظرية إلى ممارسة فعلية.

4. التكامل مع مواد التربية الجمالية.

- التعبير الجسدي في الزمان و المكان و انسجام جمال و رشاقة الحركة.
 - تنمية التفكير الإبداعي، استجابة لمؤثرات خارجية (لمسية- سمعية- بصرية).
 - تنمية الذوق الجمالي (سمعي- بصري - حسي - لفظي- حركي- إلخ).
 - التوازن النفسي الحركي، وخلق الانسجام و التلاحم بين الحركة و الفعل و بين الفرد و المحيط.
- ملاحظة : تنتمي مادة التربية البدنية و الرياضية إلى هذا المجال.
- من خلال هذا التكامل ، نستطيع القول أن مادة التربية البدنية و الرياضية قد تساهم في تحقيق الملح العام للتلميذ انطلاقاً من الصنافة المعمول بها :



تناول المنهاج و تطبيقه

من مساعي المنهاج، إعطاء إمكانية ممارسة التربية البدنية و الرياضية ميدانيا كمادة تعليمية تساهم في بناء شخصية التلميذ و تحضيره لحياة مستقبلية أفضل.

إن إكساب التلميذ كفاءات ، يمر حتما عبر تغيير طريقة الممارسة البيداغوجية الحالية ، وهذا بـ :

- تحديث تكوين الأساتذة طبقا للمستجدات (المقاربة المعتمدة).
 - إعادة النظر في علاقتهم بالمعرفة نفسها و كيفية تقديمها للتلميذ.
 - تهيئة الظروف الملائمة للتلميذ كي يتعلم بنفسه ، و يكتسب القدرة على تجنيد معارفه في الميدان.
 - استغلاله لهذه المعارف كلما دعت الضرورة.
 - الابتعاد عن مهمة نقل و صب المعلومات و تلقين المعارف.
- وحتى ينطلق التلميذ من تجاربه الخاصة ، ليبنى رصيда يتمثل في التحكم في تكوينه المتجدد مع كل المواقف والوضعيان التي تواجهه و تعترض حياته اليومية ، يعتمد أساسا على السلوكات و التصرفات الحركية التي لها مكانتها المميزة في العملية التعليمية و التي تسمح له بـ :
- الوعي بإمكانياته الحركية و استثمارها في حالات مميزة.
 - التعلم عن طريق المساهمة الطوعية.
 - غرس روح حب التطور و تحسين المستوى.
 - استثمار التعبير الجسدي كوسيلة هامة للتواصل و الاندماج.
 - ترقية العلاقات الاجتماعية و المساهمة الفعالة في العمل الجماعي.
- هذا ما يقتضي إحداث تغييرات على التعليم التقليدي ، و الانتقال من منطق التعليم إلى منطق التعلم ومواجهة الوضعين المعقدة (الإشكالية التعليمية) التي يأخذ فيها الأستاذ دور المنشط والموجه والمحفز سعيا منه لترقية و استثمار العمل الفردي و الجماعي . و لكي يتأتى هذا فعليه :
- أن يجدد معارفه العلمية و يرفع من مستواه البيداغوجي.
 - أن يكون ملما بالمفاهيم الواردة في المنهاج و قادرا على استخدامها في الميدان.
 - أن يتحكم في المنطق الذي بني عليه المنهاج (تدرج الكفاءات).
 - أن يتمرن على صياغة الهدف التعليمي انطلاقا من مؤشرات الكفاءة القاعدية للوصول إلى منتج إجرائي يتضمن المواصفات التالية :
- . اختيار أفعال صرفية (سلوكية) موجهة للتلميذ وليس للأستاذ.
 - . أن يكون الهدف التعليمي أحادي المعنى و غير قابل للتأويل.
 - . يوظف الهدف في وضعيات تعلم محددة و يدخل في سياق الكفاءة.
 - . يكون السلوك قابلا للقياس و الملاحظة.
 - . يقتضي شروط النجاح (كمعيار).
 - . يقتضي شروط الإنجاز (كمعيار).
 - أن يرافقه التقييم بأنواعه في جميع مراحل التعلم.

المسعى المنتهج.

بني المنهاج لبلوغ كفاءات بمختلف مستوياتها ، تظهر في سلوكات و تصرفات التلميذ عند مواجهته لما يصادفه من إشكاليات في مساره الدراسي و في حياته اليومية العادية على حد السواء

التدرج	عناصر التوصل
وهي الكفاءة المحددة في المنهاج الرسمي ، المراد تنميتها واكتسابها خلال السنة الدراسية ، توزع على ثلاث مجالات تعليمية (فصول السنة الدراسية).	الكفاءة الختامية
يدوم كل مجال تعليمي تسعة أسابيع ، ويعبر عن كفائتين قاعديتين ، الأولى خاصة بالنشاطات الجماعية والثانية بالنشاطات الفردية .	مجال التعلم
اشتقت الكفاءات القاعدية من الكفاءة الختامية وتعبر عن وحدات تعليمية أساسها أنشطة جماعية وفردية	الكفاءة القاعدية
حددت لكل كفاءة قاعدية مؤشرات تدل عليها تعزز بمقاييس (معايير النجاح) لتصبح أهداف تعليمية	مؤشر الكفاءة القاعدية
أهداف عملية تصاغ بشكل واضح انطلاقا من مؤشرات الكفاءة القاعدية ويتم تحقيقها في حصص تعليمية	الهدف التعليمي
(الدور) مجموعة حصص (09) خاصة بنشاط معين . تعبر عن كفاءة قاعدية وتشمل أهدافا تعليمية	الوحدة التعليمية
وهي الوحدة التي تتم فيها أجراء الهدف التعليمي وتجسيده ميدانيا مع التلاميذ	الحصص التعليمية
لكل هدف تعليمي معايير تعبر عن مدى الإنجاز وتتمثل في :	معايير الإنجاز
وتعبر عن الوضعيات التعليمية التي يتم إنجازها في الحصص	ظروف الإنجاز
وهي مؤشرات تسمح بالحكم على الهدف والإدلاء بمدى تحقيقه في الميدان	شروط النجاح

* عناصر اكتساب الكفاءة خلال عملية الإنجاز.

1. مؤشرات الكفاءة.

و هي أفعال سلوكية مناسبة للكفاءة القاعدية المستهدفة، بحيث تمكن التلميذ من القدرة على إنجازها في نهاية مرحلة التعلم (الوحدة التعليمية).

تكتسي المؤشرات طابع الإدماج المرتب في سلوكات مجسدة، يمكن ملاحظتها و تقييمها من خلال هذه الأفعال المشتقة من الكفاءة نفسها، والتي تمكننا من اختيار أهداف تعليمية بعد إجراء عملية التقييم التشخيصي الأولي . يمكن العمل بمؤشر واحد أو أكثر، وهذا حسب احتياجات التلميذ و حقيقة الميدان، شريطة أن تعكس المستوى المرغوب فيه و تكون منسجمة مع الكفاءة المشتقة منها.

الأهداف التعليمية.

تأتي نتيجة التقييم التشخيصي المنبثق من مؤشرات الكفاءة القاعدية. وتأتي امتدادا لهذه المؤشرات بحيث تجسد ميدانيا خلال إنجاز الوحدة التعليمية (تحتوي على تسعة (09) أهداف) يتم تطبيقها في الحصص التعليمية (الحصص).

يصاغ الهدف التعليمي طبقا للشروط التالية:

- وجود فعلا سلوكيا قابلا للملاحظة و التقييم.
- إبراز عنصر أو أكثر من شروط النجاح التي تؤكد على صحة هذا السلوك.
- تحديد كيفية إنجاز هذا السلوك و ترتيبه في الزمان و المكان (شروط الإنجاز).

2. الوحدة التعليمية.

و هو مخطط ترتيب الأهداف التعليمية حسب الأولويات المعن عليها . تشمل الوحدة تسعة (09) أهداف تمثل (09) حصص تعليمية بساعة واحدة لكل منها (01 سا). وتتوج بتحقيق كفاءة قاعدية (في نشاط فردي أو جماعي).

هذا إذا بقينا في تصور التخطيط الدوري المبني على نشاط رياضي واحد بالمنظور الحالي ، الاختلاف يكمن في الابتعاد عن منطلق العمل بالتردد التقني المبني على التدريب الرياضي ، والعمل بمسعى منظور المقاربة بالكفاءات لإنجاز تخطيط مفاده السلوكات والتي تقتضي :

- المعرفة الخاصة و العامة في إطار الحركية العامة ، و ترتيب التصرفات اللازمة و المناسبة لها.
- المهارات الفكرية و الحركية تأتي نتيجة المشاركة الفعلية في نشاطات مفادها الألعاب الرياضية.
- قدرة الاتصال و التواصل و توظيف المكتسبات و المعارف لحل المشاكل المطروحة في الحالات التعليمية الهادفة و المرتبة على السلوك المنتظر.

يبقى اعتبار و تصور مخطط مفتوح أين نقترح فيه عدة نشاطات مختلفة، تخدم كفاءة قاعدية واحدة بعد تفهمنا لهذا المنتهج و تطوير فكرة تنمية الكفاءة و ليس المهارات الرياضية التي تصبح حتما دعامة و وسيلة عمل.

3. الوحدة التعليمية.

و هي بمثابة الحصاة أين يتم تطبيق الهدف التعليمي فيها. وتستدعي معايير التنفيذ المرتبطة بالسلوك المنتظر الذي يتم تفعيله في وضعيات تعلم مناسبة (الحالات التعليمية) للهدف التعليمي ، في إطار نشاط فردي أو جماعي ، يستدعي مهارات حركية و تصرفات مكيفة مناسبة لهذه النشاطات كدعامة عمل.

4. معايير التنفيذ (معايير الإنجاز).

وهي شروط تحقيق الحصاة التعليمية و المتمثلة في :

أ- ظروف الإنجاز (أو شروط الإنجاز).

- تقتضي ترتيب حالات تعليمية خلال مرحلة الإنجاز. تعبر عن وضعيات إشكال تدفع بالتلميذ إلى الكشف على إمكانياته بغية إيجاد الحل المناسب للوصول إلى الهدف .
- طريقة العمل تكون بإشراك جميع التلاميذ في ورشات (كل ورشة تعبر عن حالة تعليمية) بحيث تستجيب كل ورشة عمل لعوامل أهمها :
- مساحة توفر الأمن - النظافة - التهوية والارتياح.
- وسائل عمل مختلفة و متنوعة لا تشكل خطرا على التلاميذ و تكون مناسبة للنشاط.
- توزيع و ترتيب الزمن المحدد للعمل الخاص بكل مرحلة من مراحل الحصاة ، و كذا الخاص بكل حالة تعليمية ، و كل مهمة أو دور يقوم به التلميذ خلال الوضعية التعليمية.
- وتيرة العمل و المتمثلة في الشدة - السرعة و حجم العمل المراد إنجازها من طرف التلاميذ .
- و وسائل التقييم المختلفة خاصة منها بطاقات الملاحظات الخاصة بالتلميذ و الأستاذ.

شروط النجاح . (أو مؤشرات النجاح).

- و هي السلوكات الواجب تحقيقها خلال كل حالة تعليمية و المناسبة لوضعية إشكالية .
- و هي مقاييس تسمح بتأكيد صحة العمل و نجاح المهمة المطالب بها التلميذ .

إستراتيجية تعليمية / تعلم

*وضعيات الإدماج

تطابقها مع مؤشرات الكفاءة أمرا ضروريا حيث تستجيب للمعطيات التالية:

1. الحالات التعليمية.

تقترب من التدريب الرياضي ، لكن بتصور تربوي بعيد عن الروتينية و الآلية الحركية المبنية على التكرار و التدرج الفني ، الممل و المرهق ، الذي يتطلب المزيد من الجهد و استيعاب الفنيات الرياضية مهما بلغت شدة و ظروف العمل.

تسمح الحالات التعليمية المقترحة في ظل المقاربة بالكفاءات بفتح مجال المبادرة للتلميذ ، كي يعبر عن طاقاته الكامنة و يفجرها في محيط ملائم و هذا بإشراكه في جميع عمليات التعلم . ليكشف عن مهاراته الفطرية و المكتسبة مما يدفع به إلى التعاون و التضامن مع زملائه من أجل تحقيق المشاريع الجماعية. فيظهر مبدأ التنافس و المنافسة عنصران هاما للتحفيز و النجاح.

2. الألعاب.

و هي العنصر الأساسي و الشرط الضروري الذي يتحقق به الهدف، بحيث تخضع لنظام مدروس يرمي إلى تحقيق أهداف مبنية بمنهجية علمية كفيلة بتطوير و تحسين كفاءات التلميذ. بحيث تصبح فضاءات حيوية و نشيطة لها قوانينها و طرائقها المميزة ، و من خلفياتها :

- السماح للتلميذ بإيجاد حلولاً للمشاكل العملية المطروحة التي يواجهها في حياته المدرسية و الحياة اليومية.

- لها قيمة تحفيزية تدفع بالتلميذ للتطلع أكثر على الآفاق المستقبلية.

- تخدم جميع مجالات التعلم ، تستدعي كل طاقات التلميذ (المعرفية- الوجدانية و الحركية).

- تفتح مجال المشاركة لجميع فئات التلاميذ بدون تمييز حيث توفر لهم شروط العمل و النجاح.

- لها قوة تنظيمية و تسييرية و اندماجية تسمح بالتغيير التلقائي في وضعيات التعلم.

- تجعل من التلميذ و الأستاذ شريكين لبناء المشروع العملي و توسيع رقعة التشاور بينهما.

نصنفها في:

- الألعاب الإسترجاعية- التي تسمح بالاسترجاع بعد فترات العمل (تعب - ضغط - توتر).

- الألعاب الإسترخائية- التي تسمح بالتحضير النفسي للعمل و المنافسة.

- ألعاب الترويح.

- ألعاب التحكم.

- ألعاب التكيف.

- ألعاب الاكتشاف.

* الطرائق المعتمدة

تعتمد الطريقة التقليدية في تدريس مادة التربية البدنية و الرياضية على التدريب الرياضي في الوسط المدرسي بمختلف مستوياته التعليمية ، أين يتم إعطاء أهمية للمهارات الفنية الرياضية مفادها النتيجة الرياضية كونها المقياس الأساسي لتقييم التلميذ ، و تقدير مجهوداته باعتبار المستوى الفني هو الهدف المنشود في نهاية التدريب

هذا التدريب الذي يعتمد على مبدأ تجزئة الحركة و تلقينها للتلميذ ليستوعبها في إطار الحركة الإجمالية المنتظرة المتعلقة بتوفر إمكانات و وسائل بيداغوجية كبيرة كظرورة ملحة للنجاح.

الواقع أثبت تصورا أكثر واقعية و شمولية ، و ذلك استجابة لاهتمامات التلميذ و لحقيقة الميدان و ظروف العمل. فأصبح تدريس مادة التربية البدنية و الرياضية وسيلة تربوية لا يستهان بها، حيث تحتل مكانة هامة في تنمية قدرات التلميذ الفكرية- العلمية- المنهجية و الحركية و تطلعه على الآفاق المستقبلية بارتياح ، ثقة و أمان.

الفصل بين النشاط الرياضي كونه الدعامة الأساسية للمادة والنشاطات المكيفة للتلميذ والمطابقة للصنوفية المعتمدة ، يبعدها حتما عن منطق المادة في حد ذاتها ، وكذا منطق المقاربة بالكفاءات . فالهدف إذن هو اكتساب هذه الكفاءات موازاة مع الحركة وكيفية تحقيقها باستغلال مبادئ العلوم والحياة وتجربة التلميذ المدرسية ، واستثمار لياقته البدنية كشرط أولي إضافة للحقائق المعاشة وتوظيف المعارف النظرية المكتسبة في المواد التعليمية الأخرى (توسيع قدراته الإدراكية ، الذكائية والفكرية) لكي يستجيب لحقائق محتويات التعلم المنبثقة من اهتماماته وإنشغالاته .

مقارنة الطريقة التقليدية مع الطريقة النشيطة .

1. الطريقة التقليدية (المعمول بها في البرامج السابقة) .

وهي الطريقة التي تعتمد على التدريب الرياضي . مبادئها البساطة والتركيب بين عناصر الحركة الإجمالية ، المعتمدة على التدرج في الصعوبة و تجزئة التمرين أو الحركة أو الفنية الرياضية . انطلاقا من هذه التجزئة ، يتم " تعليم " كل جزء على حدى ثم ربط الأجزاء بعضهم البعض في كل متكامل . تعتمد هذه الطريقة على عاملين أساسيين لاكتساب المهارة الرياضية ، وهما على الإطلاق :

- الذاكرة .
- التكرار .

هذان عنصران مميّزان في منهجية التدريب الرياضي ، وبفضلهما يصل الرياضي لما يريد منه المدرب

2- الطريقة النشيطة (المقترحة في البرامج الحالية) .

وهي الطريقة التي تأخذ بعين الاعتبار اهتمامات وانشغالات التلميذ ، تستدعي المبادرة ، التصور التأمل والتفكير المنطقي .

تساعد بقسط وافر في تنمية شخصية التلميذ ، وخلق التوازن بينه وبين محيطه المادي والبشري . وهذا من خلال وضعيات اندماجية مناسبة لقدراته البدنية ، النفسية ، الحركية والمعرفية ، كونها محفزة ضمن حالات معقدة التي تتطلب حولا من التلميذ نفسه .

تعتمد هذه الطريقة على عناصر أهمها :

- الحالات الاندماجية .
- الإشكالية التعليمية .
- المشاركة الطوعية للتلميذ ، وقدرة التعامل بين التلاميذ .

مساعي الطريقة النشيطة .

تسمح :

1. بنشاط شامل أثناء عملية التعلم .
2. تكتسي الطابع الإدماجي ، بمعنى أن لها صفة اجتماعية .
3. إشراك طرفي العملية التعليمية (معلم / متعلم) وخلق حوار متواصل بينهما .
4. تقييم المنتوج واستدراك النقائص وتصوير المعالجة (التقويم) خلال التعلم وبعده .
5. تفتح مجال التعاون والتضامن النافع والإيجابي في تحقيق مشروع فردي أو جماعي .
6. تصور أنجع السبل لحل المشاكل المواجهة في ميدان التعلم .
7. خلق روح التشاور والمساهمة في بناء خطة سليمة وصحيحة لحل المشاكل المطروحة .
8. مواكبة التقييم خلال جميع مراحل التعلم .
9. التنوع في الحالات التعليمية التي تكون عبارة عن ورشات متسلسلة ومتجانسة فيما بينها .
10. تمكن التلميذ من متابعة تطورات عمله وتقييم أفعاله .
11. التفاعل الإيجابي بين أعضاء الفريق الواحد .
12. تستعمل النشاطات البدنية والرياضية كوسيلة عمل ليس كغاية رياضية .
13. تعطي الأولوية للسلوكات والتصرفات دون أن تهمل النتيجة الرياضية كونها محفزا للعمل ودعامة له .
14. تستدعي الملاحظة والمراقبة باستمرار .
15. تتميز الحالات التعليمية فيها بوضعيات معقدة تدفع للبحث على الحلول بواسطة التعلم: وضعيات الإشكال .
16. تستدعي العمل بالأفواج من أجل التعامل ، التكافؤ ، التضامن والتعاون .
17. تحرر الأستاذ من مهام التلقين وصب المعارف والمعلومات ، ليمتد دوره إلى الإرشاد ، التنشيط ، والتوجيه .

مميزات الحالة المعقدة (وضعية الإشكال) .

1. توضع الحالة بصفة موضوعية ممكنة و تكون :
 - مشابهة للحالة الحقيقية.
 - تمكن من لعب أدوار و الاستعراض أمام الزملاء.
 - تشكل قاعدة لمراحل التعلم فيما بينها.
 - تمكن من تقييم الوضعيات خلال مرحلة فترات التعلم.
2. يجب أن تحتوي على مؤشرات تسهل في حل المشكل المطروح بعدة طرق ممكنة.
3. تكون ثرية بمحتوياتها و تحفز التلميذ على توظيف مكتسباته.
4. تدفع التلميذ إلى اعتماد التكوين الذاتي كأساس عمل ، قبل اللجوء إلى مساعدة الأستاذ أو الزملاء.

كيفية حل المشكل .

المراحل	المنهجية	السلوكات المنتظرة
1.	التعرف على المشكل المطروح في الحالة التي يواجهها التلميذ.	معرفة المسعى لحل المشكل و التساؤل حول الكيفية التي يستعملها لذلك.
2.	تمثيل فكري للمشكل المطروح.	خلق علاقة بين المشكل و التجربة المكتسبة (صورة فكرية) .
3.	البحث على مختلف المحاولات المناسبة لحل المشكل المطروح.	تحديد الدور أو العمل الواجب اتخاذه . (المشاركة الإيجابية أو المهام) .
4.	اختيار الحل المناسب.	الاندماج في طريقة العمل بتوظيف قدراته و البحث على التقارب بين المشكل و الحل المناسب.
5.	محاولة حل المشكل.	الإرادة في العمل و السعي وراء الصواب و عدم التخوف من ارتكاب الأخطاء.
6.	تطبيق الخطة المتفق عليها مع الجماعة أو الخطة التي يراها التلميذ مناسبة .	استعمال المهارات الفردية . استعمال الخطة الجماعية (المهارة الجماعية)
7.	تسيير الحلول في الزمان و المكان و استعمال الوسائل.	استثمار ما تحقق لإنجاز إنتاج جديد موال له في حالات أكثر تعقدا (التدرج التعليمي) .
8.	تحليل منطقي للموقف الجديد المطروح.	طرح دائم للنتساؤلات و توسيع رقعة التفكير لمعالجة الموقف الجديد باستعمال تصور جديد أو خطة أو نظام مناسب.
9.	جمع و تسجيل ثم تحليل المعلومات المناسبة لحل المشكل الجديد المطروح.	تسجيل المعارف و المكتسبات لاستعمالها مستقبلا.
10.	حل المشكل	العلاج الفكري باستعمال معلومات الدعم (علمية لغوية ، رياضية إلخ) .
11.	تقييم الحل .	تقييم ذاتي (مقارنة السلوكات) .

كيفية تكوين الأفواج:

تماشياً مع المقاربة بالكفاءات ، والتي تفترض التعاون والتضامن والتشاور بين جميع أطراف عملية التعلم . فإن هذا يستدعي تنظيم سير الأعمال أثناء عملية التعلم بتكوين أفواج عمل . كيف يتم تكوين الأفواج ولماذا هذا الاختيار ؟

- 1- يجب تكوين أفواج عمل غير متكافئة العناصر، بعد إجراء الفحص الأولي لعملية التعلم (التقييم التشخيصي) الذي يسمح بمعرفة مستويات التلاميذ المهارية وتصرفاتهم العلانية. ليتم توزيعهم على أربعة أفواج (04) عمل تدوم مرحلة من مراحل التعلم بغية تحقيق الهدف أو خلال جميع مراحل التعلم، فيبقى الاختيار للأستاذ الذي يعمل حسب إنشغالات التلاميذ. يمكن العمل بمبدأ البلدية التربوية في تسيير و تنظيم الأفواج و القسم، إذ يساعد هذا التوزيع على تنمية مهارات التسيير و التنظيم الفردي و الجماعي أثناء العمل.
- 2- يجب تكوين أفواج من الجنسين حسب مختلف المستويات المهارية (الفنيات الرياضية) و السلوكات المميزة لها لحتمية تعامل التلاميذ مع بعضهم البعض خلال مدة العمل . فالهدف منها هو أن :
 - تصبح وسيلة تكوين جماعي.
 - تسمح بالتعاون المتبادل بين أطراف العملية بغية التحكم الجيد في محتويات التعلم.
 - التفكير الجماعي في حل المشاكل المطروحة في الوضعيات الجديدة قبل التنفيذ .
 - تسمح بتبادل الأفكار ، الآراء و الخبرات.
 - تسمح بإعطاء حلولاً و معلومات مفيدة (المعارف) تمكن من مقارنة النتائج وتقييمها.
- 3- التوجه نحو المساهمة ضمن الجماعة :
 - لاكتساب الثقة و الإحساس بالعضوية و الانتماء بفضل العمل و النجاح الجماعي.
 - تنمية خبرة الآخرين بفضل التعاون و لعب الأدوار الإيجابية و الشعور بروح المسؤولية.
 - تقبل أفعال و سلوكات الآخرين و مواصلة الجهد .
 - كيفية حل مشاكل و الصراعات المواجهة في ميدان التعلم والتعايش.
 - تنمية تقنيات و علاقات التضامن.
- 4- من مساعي عمل الأفواج :
 - تكون الأهداف الاجتماعية و التكوينية محددة و تشترط مهمة مشتركة تقوم بها الجماعة
 - الاختلاف في المستويات يدفع بعناصر الفوج الواحد إلى التعاون من أجل سد العجز لدى الزملاء.
 - تنظيم التعاون المتبادل بتوزيع مهام ذات بعد مشترك ودعمها بوسائل محفزة، تجعل من كل تلميذ مسؤولاً على أفعاله و تعلمه و كذا تعلمات زملائه بفضل ما يقدمه لهم من خبرات.
 - تحدد دور الأستاذ ليصبح : الوسيط ، المسهل ، الملاحظ ، المنشط و المخطط للعمل .
 - تسمح للتلميذ باكتساب استقلالية في العمل دون الانعزال على الآخرين .
 - تعطي إمكانية التعلم و المساهمة في آن واحد و تضمن ارتباط الفرد بالجماعة .
 - تسمح بترقية : التعامل الإيجابي ، التفكير البناء ، تنمية المعرفة والتنشيط.
 - تحفز الفكر الإبداعي لدى التلميذ و تدفع به إلى التفكير المستقبلي باختيار أسلوب عمل أفضل.
 - تسمح بإعادة النظر في المعارف وفق تصورات جديدة عند الخطأ و القيام بمحاولات استدرائية.
 - تسمح بتجاوز التوترات و الاضطرابات النفسية من أجل خلق جو عمل سليم و مريح.

التوجيهات التربوية

إن اختيار السلوكيات المرتقبة في المحتويات المناسبة لنشاط بدني ورياضي نحددها في حالات تعليمية تخدم الأبعاد التربوية المعلن عنها بحيث تشترط توجيهات تربوية من أجل توحيد الرؤية والتصوير للتقارب المنهجي وتوظيف نفس المساعي المناسبة لكل تلميذ خلال مراحل التعلم . وهذا ما يدفع بالأساتذة إلى الوعي بأهمية تنظيم العمل بإنجاز مخطط تكويني عقلائي يتجاوب مع احتياجات وطموحات التلميذ ، فالأستاذ إذن مطالب بـ :

1- القيام بالتحضير النظري و المتمثل في :

- أ- التخطيط السنوي :
- تحديد النشاطات الممكنة الممارسة في المؤسسة.
- توزيع هذه النشاطات عبر السنة الدراسية.
- ب- الدفتري البيداغوجي :
- ويتضمن :
- هوية الأستاذ وكل المعلومات الخاصة بحياته المهنية .
- بطاقة فنية للمؤسسة و مخطط المنشآت الرياضية و المرافق الملحقة لها .
- المشروع البيداغوجي الموقع من طرف رئيس المؤسسة.
- المخطط السنوي لاستعمال المنشآت الرياضية مصادق عليه من طرف رئيس المؤسسة.
- نسخة منه تسلم لمفتش المادة للإعلام.
- جرد الوسائل البيداغوجية . نسخة منها تعلق على مستوى مكتب أساتذة المادة.
- قائمة التلاميذ المعفيين مع تعيين المرض وتاريخ الإعفاء تسلم شهادة الإعفاء من طرف مركز الصحة المدرسية أو الهيئة التي تعينها مصالح المديرية.
- التوزيع الأسبوعي للأستاذ.
- جزء خاص بملف الأفواج التربوية تحتوي على :
- تكوين الأفواج .
- القائمة الاسمية للتلاميذ و الهوية.
- المثابرة .
- النتائج التقديرية و التحصيلية و التنقيط.
- جزء خاص بتوزيع الوحدات التعليمية.
- جزء خاص بالكراس اليومي.
- الجزء الأخير خاص بالحصص التعليمية (المذكرات) .
- أ- دفتري النشاطات اللاصفية (الرياضة المدرسية) .
- ب- دفتري التكوين.
- ج- ملف خاص بالمراجع و وثائق الدعم و الإيضاح.
- ملفات التقييم و كفايات تقدير التلاميذ (المقاييس) .
- حاوية التعليمات الرسمية و التوجيهات التربوية .

2- توجيهات خاصة بالجانب التطبيقي خلال مراحل التعلم المميزة للتعليم المتوسط.

أ- التوجيهات الخاصة بالسنة الأولى و الثانية متوسط.

وهي مرحلة هامة بالنسبة للتلميذ ، إذ تتم فيها عملية التعلم الحركي ، و تمكنه في كيفية استعمال التقييم الذاتي و تقدير تطورات تعلمه ، و تنمية قدراته الحركية و المعرفية . ذلك ما يدفع إلى اختيار حالات تعليمية تقتضي شدة و جهدا مناسبين لمدة العمل . تعطي الأولوية خلال هذه المرحلة إلى البحث حول سيولة و محص الحركات و دقتها ، و تطويرها انطلاقا من الحركات القاعدية المألوفة التي تم اكتسابها خلال مرحلة التعليم الابتدائي . يجب اختيار حالات تعليمية ذات طابع حيوي و نشيط ، سياقها الألعاب الهادفة ، التي تسمح بلعب الدور الإدماجي الذي يستدعي التعاون و التضامن ، و يكون حافزا هاما للعمل . كيف يتم تحقيق السلوكيات المنتظرة ؟

كيفية التحقيق

النشاطات المناسبة

<p>ألعاب تقليدية و نشاطات خاصة.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ممارسة النشاطات الطبيعية في مساحات و فضاءات خاصة من جبال غابات ، شواطئ ، رمال و ملاعب. - استعمال مسالك مختلفة الأشكال و المسافات ، تستدعي التوجيه. - الألعاب الكبرى ذات الحالات المتنوعة و المحفزة. - الألعاب الخاصة (المكيفة للمحيط). - نشاطات تستدعي اكتشاف المحيط و الطبيعة و قوانينها. - نشاطات تستدعي اكتشاف قواعد الأمن الذاتي و الجماعي.
<p>الألعاب الجماعية.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - تعلم قواعد و حركات الألعاب الجماعية قصد التحكم في التقنيات الأساسية التي تصبح قاعدة للتحكم المهاري الخاص. - فهم مبادئ وقوانين كل نشاط دعيا للتعاون من أجل تحدي المواجهة . - تنظيم العمل طبقا لخطة و نظام كل نشاط (مثل الدفاع و الهجوم....). - أفكار تكتيكية سهلة و بسيطة. - اكتساب مهارات فردية و جماعية انطلاقا من الأساسيات.
<p>ألعاب المواجهة (رياضات التلاحم)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - معرفة ، فهم و تعلم القواعد الهامة التي تبني علاقات المواجهة في نشاط جماعي يقتضي تنظيم العمل. - البحث في بناء و تكييف إجابات لأفعال الآخرين (للزميل ، للرفيق ، للخصم). - استعمال العناصر التقنية لتسهيل إنجاز الفعل السلوكي خلال النشاط. - ممارسة حركية قاعدية في ظروف أو حالات تجنب الخطورة و تستدعي الوقاية و الأمن.
<p>النشاطات الجمبازية و الإيقاعية.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - تعلم التنقلات و فهم العلاقات بالفضاء المعيش. - استعمال وضعيات الجسم في الفضاء في حالة ثبات و أثناء الحركة. - تسيير الحركات الغير المألوفة في فضاءات مميزة. - التحكم في الإرتكازات و الإرتقاءات في مختلف الوضعيات البسيطة. - تغيرات حركية بسيطة و تعبير جسدي في تسلسلات سهلة و بسيطة. - تعلم التوازن الصحيح و المناسب للوضعية (بالآلات و بدونها). - الإحساس بآلات و أدوات العمل و إدراك كيفية استعمالها. - مفهوم الإيقاع ، الحركة ، الشدة و التنفيذ. - التنقلات البسيطة المختلفة و انسجامها مع إيقاعات موسيقية. - تحسين إمكانيات التعبير عن طريق الحركة و تسييقها مع إيقاعات سمعية. - التمرن على إبداع حركات و تنقلات مناسبة لإيقاع أو تسلسل معين. - تعلم حركات تناسب نغم موسيقي. - إدراك الجسم كوسيلة " تعبير " .
<p>نشاطات ألعاب</p>	<ul style="list-style-type: none"> - إدراك أهمية الجري بمختلف أنواعه و إيقاعاته. - إدراك أنواع نشاطات القفز و أساليبها. - إدراك أنواع نشاطات الرمي و أساليبها. - إدراك عناصر التنفيذ (أسرع ، أقوى و أعلى). - تحسين الهيئة أثناء التنقل مشيا أو جريا.

القوى.	<ul style="list-style-type: none"> - إدراك و فهم معنى الوضعيات الجسمية ، الارتكاز و التوازن والتعلق. - إدراك و فهم معنى الإيقاعات و تغيير الوتيرة في الوقت المناسب. - إدراك و فهم معنى الارتقاء ، الطيران و الاستقبال. - إدراك و فهم معنى الجهد وعلاقته بالمدة و توزيعه في الزمان والمكان.
نشاطات السباحة و سباقات التوجيه.	<p>التأقلم التدريجي مع المحيط الخاص والتمكن من تعلم مهارات كيفية له.</p> <ul style="list-style-type: none"> - التحكم في التصرفات خلال النشاط في وسط خاص. - التحكم في التكيف و تحسين التصرفات بالنسبة للعناصر المكونة لوسط طبيعي كالوديان ، الغابات ، الجبال ، الرمال...إلخ. - تعلم تقنيات الاندماج و التوغل في فضاءات الوسط الخاص و التمكن من قراءة خريطة و إستعمال أدوات التوجيه (كالبوصلة مثلا).

ب- توجيهات خاصة بالسنتين الثالثة و الرابعة متوسط.

تمتاز هذه المرحلة بارتفاع شدة العمل استجابة لاهتمامات التلميذ المتزايدة ، والمطالب بالقيام بأكثر جهد و أكبر مردود في العمل. مما يستلزم الارتفاع في نسبة العمل و سرعة تنفيذه و مضاعفة ديناميكية وتيرة الجهد. يسعى التلميذ خلال هذه المرحلة إلى تأكيد مكانته في الجماعة التي ينتمي إليها ، يشعر بالنمو السريع الذي يؤثر على تصرفاته التي تدفعه إلى ارتكاب أخطاء عشوائية و غير مقصودة ، مما يجعله يرتبك عند مواجهة مشكل في ميدان الممارسة .

في هذه الحالة يحتاج إلى سند يتمثل في إختيار حالات تستدعي الاستقرار و التوازن و الطمأنينة. كيف يتم تحقيق السلوكات المنتظرة ؟

ألعاب تقليدية و نشاطات خاصة.	<ul style="list-style-type: none"> - مواصلة عمل نشاطات السنة الثانية متوسط ، مع إدراج نشاطات أخرى تكون مناسبة لإمكانيات التلميذ ، حيث تستدعي أكثر تنوع ومستوى تعقد نسبي. - إدخال الجولات الرياضية (الاستطلاعية) مشيا أو جريا على الأقدام. - التنوع في الحالات و الوضعيات التعليمية بالنسبة للحركات القاعدية كالتسلقات ، القفز على الحواجز الطبيعية ، الإجتيازات...إلخ. - التحضير لحياة التخييم و استعمال مختلف التقنيات المناسبة له تسمح بالوعي بالبيئة و المحافظة عليها و الوقاية من الأخطار الطبيعية وإدراك علاقة الإنسان بالمحيط المألوف و الغير المألوف، و إكتشاف قوانين الطبيعة ، و إنعكاسها على نمو الفرد و إنسجامه مع الحياة.
الألعاب الجماعية.	<ul style="list-style-type: none"> - تحسين المكتسبات السابقة (المحصلة خلال السنة الأولى و الثانية) . - التوجه بدقة نحو الأشكال القانونية التي لها علاقة بالتقنيات الفردية والجماعية. - التركيز على أدوار التنظيم و التسيير و تبجيلها. - الدخول في عالم القوانين و القواعد المنظمة للنشاطات المقترحة. - تبجيل علاقات التعاون و التضامن و روح المبادرة الإيجابية.
الجمباز الأرضي و الإيقاعي و النشاطات التقليدية.	<p>بناء وإنجاز تسلسلات متنوعة انطلاقا من الحركات الجمبازية المكتسبة.</p> <ul style="list-style-type: none"> - تعلم كيفية تقدير و تقييم الصعوبات الحركية و مستويات الإنتاج ، انطلاقا من بطاقة ملاحظة العناصر المدرجة في التسلسل. - تحسين التحكم في الظروف الأمنية ، كالسند و المعاونة ، و المساعدة. - بناء و تنسيق حركات ذاتية ، مختلفة الأشكال و الصعوبات. - دعم فكرة فهم أهمية الإيقاع و الحركة التعبيرية والتوافق بين الإيقاع الموسيقي و الحركة ...إلخ.

	<ul style="list-style-type: none"> - البحث على الإبداع الفردي و الجماعي . - استثمار الحركات التعبيرية التقليدية كالرقص الفلكلوري.
نشاطات ألعاب القوى.	<ul style="list-style-type: none"> - الرفع من شدة العمل و إثراء الحالات التعليمية بمهام صعبة نسبيا تتطلب أكثر تفكير وسرعة الاستجابة المناسبة. - تعلم الوتيرة المناسبة لكل إيقاع (إيقاع الجري و إيقاع الحركة). - تحسين و تطوير التقنيات المناسبة لكل نشاط رياضي و تكييفه لمواجهة حالات لتعلم مهارات أكثر تعقيدا ذات أهمية من حيث المردود الفردي و الجماعي. - تطوير مفهوم العمل الفردي و التحكم في مفهوم التنظيم و التسيير.
نشاطات السباحة و سباق التوجيه.	<ul style="list-style-type: none"> - تعلم كفاءات الإنقاذ و الإنعاش. - تنمية و تحسين مختلف تقنيات التوغل في الأوساط الطبيعية و الاصطناعية الخاصة. - التمكن من رسم خريطة انطلاقا من معالم و قياسات مضبوطة.

*مستخلص توجيهي مطابقا لخصائص تلميذ التعليم المتوسط :

<ul style="list-style-type: none"> - توظيف منطقي للسلوكات الحركية خلال النشاطات الأقل صعوبة و القدرة على إستغلال المؤهلات و المكتسبات و توظيفها في حالات معقدة نسبيا، نظرا: - للنمو السريع في القامة و تسوية التناسق بين الحركة و المهارة. - تصاعد القوة العضلية و القيام التدريجي بمجهودات ذات شدة متزايدة. - إعطاء الأولوية للمجهودات ذات الوتيرة الضعيفة و الطويلة من حيث المدة. - تشجيع الألعاب الشبه الرياضية و الدخول في النشاطات الرياضية حسب المنطق المطابق للإختصاص و توفير الإمكانيات و الوسائل. 	<p>الجانب النفسي / حركي.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - البحث على التوازن بين الفهم و التكيف (إتساع مجال التخيل) و القدرة على إكتساب مهارات معرفية جديدة تتطلب أكبر تصور ذهني (الدخول في مرحلة إستعمال العقل). - الدخول في مرحلة التمييز و تمثيل الأحجام - الأوزان و المدى الفضائي و الزماني و ضمان التعايش بكل تلقائية. - الإنتقال من المنطق المعتمد على الحقائق المباشرة ، إلى منطق التجريب - التقييم و المعالجة. - الإنتقال من البحث على وضع صيغ لتحليل الأحداث و بناء خطط للمشاريع بصفة غير منتظمة إلى القدرة على تنظيمها- تسييرها و تخطيطها بإدراك العناصر المتداخلة (العلوم و التكنولوجيا و التقنيات المتعلقة بالنشاط الرياضي). 	<p>الجانب المعرفي.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - التمكن من اجتياز فترات القلق و الإضطرابات و القدرة على توظيف المهارات الإجتماعية في حالات تقتضي التعاون و المواجهة. - تطوير الإحتياجات الذاتية ، إستجابة لطموحات و شهوات التلميذ. - تكوين فضائه و إحترام القيم و القواعد المتفق عليها. - ينتقل من تقليد أدوار الكبار إلى إبتكار أدوار خاصة به. - يتحدى الخجل و يتوصل إلى التظاهر أمام الآخرين. - تقلد أدوار في التنظيم و التسيير و الإبداء بالرأي المفيد . 	<p>الجانب الوجداني</p>

كيفية تحدي التقلبات السلوكية للمراهق: (تلميذ التعليم المتوسط)

1. إعطاء أهمية لكل نشاط يقوم به التلميذ المراهق .
2. عدم التخوف أمام ظهور سلوكيات غير طبيعية ، كونها عفوية من أثر اللعب.
3. العمل على إدماج التلاميذ المنعزلين عن الفوج أو جماعة العمل.
4. إسناد أدوار وتكليف التلاميذ بمهام أثناء العمل.
5. إعلام التلاميذ بمحتوى التعلم بإنشاء عقد معنوي بينهم و بين الأستاذ.
6. تلبية رغباتهم بعد تشخيص حاجياتهم وإنشغالهم (التقييم التشخيصي).
7. توفير فرص الإدماج والترويح على النفس من خلال نشاطات مكيفة ومريحة.
8. اختيار عمل نشيط ومرن خال من الإلزامية والأوامر.
9. تجنب الإرهاق و العمل الممل الخالي من المتعة والمنفعة.
10. السهر على غرس روح الاجتهاد والمثابرة والتمسك بالأخلاق الحسنة.
11. إدراك التغييرات الطارئة التي تظهر عند المراهق و التي تشترط اليقظة في اختيار المحتويات.
12. انتهاج العمل بالأفواج واختيار الطريقة النشيطة و التعاونية.
13. اختيار وضعيات تقتضي التعاون ، التشاور ، التضامن و الإدماج.
14. مراقبة أعمال و نشاطات التلاميذ خاصة شدة الجهد و مساعدتهم في تأدية مهامهم عن طريق التوجيه ، الإرشاد و التدخل الذكي الغير المباشر.
15. عدم التمادي في العمل بالتكرار الذي لا علاقة له بمؤشرات الكفاءة المستهدفة.
16. مراقبة المجهود بسبب التعب المبكر الذي يظهر عند التلميذ و أثره السلبي على القلب.
17. التنويع في الوضعيات التعليمية ، منطلقها الأساسي نكون الحركة الطبيعية .
18. تجنب الحركات العنيفة ، خاصة تلك التي لها أثرا سلبيا على العمود الفقري و المفاصل.
19. تدعيم عضلات البطن و الظهر و السعي نحو استقامة الجسم و اعتداله.
20. إعطاء الأولوية للعمل النوعي قبل العمل الكمي.

تعليمية المادة

أهمية النشاطات البدنية والرياضية تكمن في أنها الدعامة الأساسية لتدريس المادة، إذ بفضلها يتم تحقيق الأبعاد التربوية المراد تنميتها في مرحلة التعليم المتوسط. الغرض هو التوفيق بين خصائص النشاطات البدنية والرياضية ، ومفهوم إكساب التلميذ كفاءات . نركز أساسا على الطرائق النشيطة ، التي تجعل من التلميذ شريكا في الفعل التعلّمي من جهة ، وتجنّب مفهوم التدريب الرياضي من جهة أخرى . لنقارن قبل كل شيء بين الرياضة، الرياضة الترفيهية والتربية البدنية والرياضية قبل معرفة خصائصها :

النشاط	الرياضة الترفيهية	الرياضة التنافسية	التربية البدنية والرياضية.
الأهداف	السعادة – الفرحة – سد الفراغ والصحة	السعي وراء النتيجة الرياضية إنجاز رقم قياسي رياضي. السعي وراء الشهرة . اكتساب الثروة والمال (مهنة). تنمية المهارات والتقنيات الرياضية.	التربية الشاملة للتلميذ بكل أبعادها التربوية. تنمية الكفاءات "المدرسية" الشاملة.
الوسائل و الطرق.	اللعبة الحر.	المنافسة الرياضية كأداة تصنيف الرياضيين في مراتب. التدريب الرياضي الشاق. منهجية التدريب.	تكيف العمل لمستوى التلميذ (بيداغوجية الفروقات) التنوع في المحتويات. استعمال الطرق النشيطة. استعمال الإمكانيات المتوفرة.
الشروط	كل الأشخاص و الفئات دون فرق في الجنس ودون شرط بدني.	الشباب ذو الصحة الجيدة. مراقبة طبية مستمرة (تأهيل) مهارات فنية رياضية عالية.	كل المتمدرسين.
التسيير.	حسب المحيط و الإمكانيات المتوفرة.	مساحات رسمية (الملاعب) تسمح بالتنافس وفق مقاييس عالمية مضبوطة (القوانين).	مساحات المؤسسات و ملاعب تسمح القيام بنشاطات متنوعة و هادفة ذات صبغة تربوية.
البعد.	النشاط وسيلة ترفيهية.	النشاط غاية رياضية.	النشاط وسيلة تربوية.

* الأبعاد التربوية للنشاطات الجماعية

التعلم عن طريق النشاطات الجماعية يهدف إلى تنمية المعيشة الجماعية ، بحثا على تدعيم قدرات الاتصال و التكيف الجماعي ، التوازن ، احترام الغير ، التضامن و التعاون وروح المسؤولية و المبادرة. تجد هذه القدرات مداها في مختلف مستويات الكفاءة المصاغة والمترجمة في المشروع البيداغوجي عن طريق أهداف تتماشى والصفات الحميدة ، المراد غرسها وتنميتها لدى التلميذ ، والمتمثلة في لعب أدوار إيجابية ونشيطة ، ضمن الجماعة التي ينتمي إليها بحيث يؤثر ويتأثر بها . وكذا تلبية رغباته الوجدانية والاجتماعية والحركية ، في تكامل وانسجام أساسه "اللعبة الجماعي" الذي توفره النشاطات الجماعية مثل كرة السلة ، كرة اليد والكرة الطائرة ، ويبقى المجال مفتوحا لنشاطات أخرى تتناسب مع الأبعاد المذكورة أعلاه .

* الأبعاد التربوية للنشاطات الفردية

انطلاقاً من المسعى الرامي إلى تنمية الاستقلالية لدى التلميذ (التسيير الذاتي)، و شعوره بروح المسؤولية (نظرتة في اختيار مشروع شخصي و قدرته في التفاوض و التشاور من أجل إنجازة و تحقيقه و البحث عن من يوازره لإنجاحه)، و أخذ المعلومات اللازمة للقيام بمهام مسندة له والتي تحفزها هو و زملائه ، مما يمكنه استيعاب المهارات المعرفية ، الاجتماعية و الحركية.

تسمح هذه النشاطات بتنمية قدرات التنقل الصحيح في فضاءات مميزة، و قدرة تنسيق الحركات البسيطة و الشبه المعقدة، و ربطها في الزمان و المكان، و التمكن من تقديرها كمنتوج صحيح ، هادف و نافع . تبقى النشاطات المعمول بها حالياً (نشاطات ألعاب القوى و النشاطات الجمبازية) تمثل المجال الأوفر لتحقيق الكفاءات المحددة لذلك ، ويبقى اختيار النشاطات مفتوحاً .

* النشاطات التي يمكن ممارستها في الميدان

الهدف منها هو خلق علاقة بين الفريق التربوي و استغلال المحيط المجاور، و توسيع مجال التشاور في بناء المشروع البيداغوجي بين الأطراف المتداخلة (أساتذة المادة ، الزملاء، إدارة المؤسسة و الأولياء). ما هي النشاطات الممكن ممارستها؟

1. الجولات الرياضية مشياً أو جرياً على الأقدام و الألعاب الكبرى في الهواء الطلق.

- تسمح باستعمال الحركات الطبيعية المألوفة و تكييفها مع الوضع (كالتسلق ، الإجتياز، الرمي السحب ، النقلإلخ.
- تسمح بالاطلاع ، الاكتشاف ، التعرف على الطبيعة و مميزاتها.
- تمارس في الغابات المجاورة للمؤسسة المؤمنة كالجبال ، الرمال ، الشواطئإلخ.

2. سباق التوجيه.

- يسمح بتوظيف المعارف العلمية التي لها علاقة مع الجغرافيا ، دراسة الوسط ، العلوم الطبيعية الرياضيات ، العلوم الفيزيائية ، و النشاطات الرياضية الإستراتيجية.
- يسمح باستعمال آلات القياس و التوجيه و قراءة الخرائط.

3. النشاطات التقليدية.

- ترمي إلى الحفاظ على العادات و التقاليد ، كونها عناصر جد هامة تساعد في ترسيخ القيم الاجتماعية لدى التلميذ ، و هي كثيرة و متنوعة ، نذكر منها :
 - . المبارزة بالعصي.
 - . كرة القرص.
 - . كرة الرمال.
 - . كرة الحشيش.
 - . الرقص الفلكلوري و التعبير الشعبي.
 - . رياضات شعبية جزائرية منبثقة من التراث .

4. النشاطات الرياضية الخاصة.

- السباحة.
- تنس الطاولة.
- الشطرنج.
- كرة الرمال (البيتش طائرة).
- كرة الطائرة في الصحراء (صحراء طائرة).
- البادمينطن.
- تنس الميدان.
- الجمباز الإيقاعي.
- العدو الريفي.
- الكرة الحديدية.
- الجمباز على الأجهزة (القفز على الحصان ، القفز على الخروف).
- الألعاب الرياضية الكبرى في الهواء الطلق.
- رياضات أخرى مناسبة...

معالجة تعليمية للنشاطات البدنية والرياضية

يعتمد تدريس مادة التربية البدنية و الرياضية على الممارسة الاجتماعية ، و ذلك عن طريق النشاطات البدنية و الرياضية التي تقتضي ضرورة معالجتها ، للوقوف على منطقتها الداخلي ، استجابة لهذا التساؤل :

- كيف نعلم ؟

- كيف نتعلم ؟

اعتبارا و أنها مهام مسندة للتلميذ ، يتحقق من خلالها ملمحه المنتظر في نهاية المرحلة التعليمية ، يجب وأن تكون في مستوى طموحاته و تطلعاته .

و هذا يقتضي بأن يكون تقديمها كمحتويات في شكل مكيف ، يتجاوب و سلوكيات التلميذ المنتظرة .

. أول خطة تنتهج في المعالجة التعليمية ؟

- 1- انتقاء النشاط البدني و الرياضي ، و تكييف محتوياته التعليمية حسب المسعى المعتمد في المنهاج.
- 2- تكييف المحتويات حسب خصائص التلميذ ، و شروط الإنجاز الملائمة للإمكانيات المادية المتوفرة في المؤسسة ، تناسبها لمعرفة الأستاذ العلمية و خبرته البيداغوجية و معرفته الخاصة للنشاط الرياضي.
- 3- انتهاج مبدأ التقييم و التخطيط و التقويم ، بناء على مؤشرات و معايير فنية و تربوية حقيقية و ملموسة.

4- اختيار حالات تعليمية محفزة منطلقها :

- تحليل النشاط و أبعاده التربوية المطابقة للكفاءات المستهدفة.
 - اختيار حالات تعلم تدفع بالتلميذ إلى المشاركة في التقييم و التكوين الذاتي.
 - التركيز على السلوك و تحسينه كأولوية.
 - ترتيب محتوى التعلم طبقا للصفحة المعمول بها، و استهداف التكوين الشامل.
 - صياغة الأهداف التعليمية انطلاقا من مؤشرات الكفاءة.
 - مد جسور الترابط مع المواد التعليمية الأخرى ، لضمان التكامل (الكفاءة العرضية) .
- 5- إدراك ديناميكية علاقة الأستاذ بالمادة و التلميذ معا و كذا مبدأ تعليم / التعلم.
 - 6- إدراك أهمية المجالات العلمية المتداخلة مع مادة التربية البدنية و الرياضية.

. الشروط الضرورية للمعالجة ؟

- 1- توضيح استعمال النشاط و قابليته للعمل (دراسة و تحليلا حسب الموقف و ظروف العمل) .
- 2- توضيح الغاية من استعمال هذا النشاط (لماذا يستعمل هذا النشاط و لفائدة من؟) .
- 3- تحديد الوسائل الضرورية و كيفية توزيعها و استعمالها في الزمان و المكان.
- 4- تحديد خصائص و مميزات النشاط و تحليلها بهدف تكييفها بالنسبة لطبيعة الميدان و الوسط الاجتماعي.
- 5- تشخيص المشاكل المواجهة في الميدان و وضع الحلول المناسبة لها .
- 6- تشخيص انشغالات التلميذ و مؤهلاته من أجل اختيار محتويات مناسبة له.
- 7- اختيار طرائق التعلم التي ترمي إلى اكتساب الكفاءات المستهدفة.

. لماذا المعالجة ؟

تعني تكييف النشاطات البدنية و الرياضية و توافقها مع ظروف التعلم و الخطة المنتهجة ، و طبيعة الجو المدرسي، إضافة لخصوصيات التلميذ .

السعي من وراء هذا : خلق التجانس و الانسجام بين جميع مراحل التعليم (المستويات الدراسية) . و إبراز المنطق الداخلي لكل نشاط و كيفية تناول محتوياته تماشيا مع مسعى المقاربة بالكفاءات .

و هذا يستدعي :

- 1- الابتعاد عن تناول الحالي ، المبني أساسا على منطق التدريب الرياضي ، الذي لا يتماشى وقدرات التلاميذ ، مما يجعلهم ينفرون من المادة في غالب الأحيان . وكذا عدم توافقه مع حقيقة الميدان من حيث الوسائل المتاحة في المؤسسات التعليمية عموما .
- 2- ترغيب التلاميذ في المادة ، باستحداث سبل تجلب اهتمامهم ، حيث الكل يجد ظللته خلال الممارسة ولا يقتصر على الموهوبين فقط كما هو الحال في التدريب الرياضي .
- 3- تبني منطق تعليم / تعلم ، المرتكز أساسا على القدرات الكامنة عند التلميذ ، وبالتالي بناء الحصص التعليمية (الحصص) على أساس وضعيات تعليمية / تعليمية ، تأخذ بعين الاعتبار كل التلاميذ في جميع مراحل التعلم مما يسمح بـ :

- إعطائهم الفرصة لاستغلال الفضاء المعيش .

تنويع و ترتيب النشاطات طبقا لعلاقتها مع الكفاءة المستهدفة.

معالجة تعليمية للنشاطات الجماعية

- تتصف النشاطات الجماعية بأنها نشاطات تهدف إلى خلق مسعى التضامن و التعاون و المواجهة الجماعية بواسطتها يندمج (بمعنى يتكيف) التلميذ استجابة لمهمة مقصودة ضمن الجماعة .
- فالتكيف في هذه الحالة يدفع بالتلميذ إلى استغلال طاقاته من أجل التعلم في وسط متميز .
- أما المهمة فتتغير حسب ما تقتضيه الوضعية ، فيتقاسم فيها الأدوار مع الآخرين .

تهدف المعالجة التعليمية للنشاطات الجماعية والفردية إلى :

- أ- تحديد البعد الثقافي و الاجتماعي للنشاط .
- ب- تحديد أهدافها التربوية .
- ت- تحديد العناصر التي يركز عليها التعلم في مجالها التربوي .
- ث- تحليل كل نشاط بمفرده و ترتيبه في الزمان و المكان .
- ج- تحديد و توضيح المكتسبات المستهدفة بالنسبة للمرحلة التعليمية .
- ح- تحديد و توضيح الترتيبات الخاصة بالتعلم (التخطيط و البرمجة) .

1- من أهدافها التربوية .

- بناء ذاتي انطلاقا من العلاقة مع الآخرين .
- بناء و تركيب معارف فردية وجماعية جديدة .
- تنمية قدرات الإدراك و التنسيق الحيوي العام .
- أخذ القرارات التي ترمي إلى استعمال الذكاء التكتيكي ، و تحليل الوضعيات المعقدة وسط الجماعة .
- التعرف على مختلف القوانين الخاصة و كيفية استعمالها .
- تنمية و تطوير القدرات البدنية ، المعرفية ، النفسية و الاجتماعية .

2- خصائصها .

- استجابة حركية خاصة (الجري ، القذف ، التجنب ، الإستقبال ، المراوغة إلخ) .
- التنظيم الجماعي (العلاقة بين قواعد اللعب ، المهام ، الأدوار ، التواصل ، التسيير..... إلخ) .
- بناء فضائي زمني (فضاء منفصل ، متقارب ، هدف أفقي ، عرضي ، مدة اللعب..... إلخ) .
- وسائل العمل (الكور ، الملاعب ، الأقماع ، الحبال إلخ) .

3- طبيعة عناصر الإنجاز .

- أ- لها طبيعة إعلامية و معرفية من أجل :
 - انتقاء المعلومات المناسبة للنشاط و توظيفها في الميدان .
 - الاستجابة السريعة في أخذ القرار خلال العمل .
 - استعمال اختيارات تكتيكية مناسبة .
- ب- معرفة قوانين النشاطات و الألعاب :
 - المجال الحركي الذي يشمل الجانب الميكانيكي و الفيزيولوجي من أجل :
 - تمرير ، استقبال ، قذف إلخ..... (قدرة استعمال الدقة) .
 - رمي ، دفع ، سحب ، سحق... إلخ..... (قدرة استعمال القوة) .
 - تغيير الارتكاز ، تغيير الاتجاه... إلخ..... (قدرة التوازن و التأثير إجابا أو سلبا على توازن الزميل و الخصم) .
 - الاستجابة السريعة لمؤثرات خارجية..... (قدرة الإدراك و التنفيذ) .
 - إعادة إنتاج سلوكات مكتسبة و الحفاظ عليها. (القدرة على المقاومة و التكيف) .
 - التحكم في الكرة ، التنطيط ، القذف... إلخ..... (قدرة تمييز الحركات) .
- ج- المجال النفسي اجتماعي من أجل تنمية :
 - المخاطرة،القرار،الاستجابة،التقويم، التنظيم... إلخ..... (قدرة التأكيد و التحكم) .
 - احترام القوانين (قدرة المراقبة) .
 - التضامن ، التعايش ، المواجهة (قدرة اختيار الزميل أو الرفيق) .
 - تنفيذ خطة أو نظام جماعي (قدرة المساهمة البناءة) .

4 - المؤشرات الأساسية للنشاطات الجماعية.

تأتي نتيجة القيام بالمهام المسندة للتلميذ (سلوكات منتظرة) تكون حسب طبيعة النشاط الرياضي و المتمثلة في :

- أ- احترام القواعد الأساسية للعبة و بناء أخرى جديدة مكيفة و مكملة لها.
- ب- تسيير العلاقات التضامنية و المواجهة الجماعية السليمة.
- ت- الاحتفاظ بالكرة و نيل الهدف (الوصول إلى المرمى أو منطقة النفوذ).
- ث- نيل الكرة و حماية الهدف و الزملاء.
- ج- إعطاء مؤشرات واضحة للزملاء و خلق شكوك للفريق الخصم.
- ح- البحث على النتيجة الرياضية (المحفز) و على التساوي في الحظوظ بين أعضاء الفريق.

تميز الكفاءات بالنسبة للسلوكات الرياضية.

- 1- التعرف على مختلف مسارات الكرة..... (معالم علمية و أفكار هندسية/رياضية و قوانين فيزيائية).
- 2- تنقلات اللاعبين..... (الاتجاه و التوجيه و تقدير المسارات الفضائية/ الزمنية).
- 3- تقدير أفعال و فهم تحركات اللاعبين..... (التعرف على الرغبة و التواصل).
- 4- هيئة اللاعبين أثناء اللعب " العمل " (التحكم في الجسم . فهم الحركة).
- 5- احترام قرارات الحكام أثناء اللعب و عند توقفه..... (الاحترام المتبادل و البناء).
- 6- اللعب الجماعي (الاتصال و التواصل و تنمية العلاقات الإيجابية).
- 7- إعطاء معلومات و إشارات بالحركة..... (قوة التعبير المختلف الأشكال).
- 8- سرعة أخذ القرار خلال خطة جماعية..... (الثقة في النفس و الروح الجماعية).
- 9- التنقل في إطار تحولات أوجه اللعب ، التحكم في الكرة و توزيعها الهادف و الضغط على الخصم..... (الذكاء ، التحكم في الانفعالات و تجاوز الضغط الخارجي).
- 10- تنظيم و تسيير طاقاته طول مدة المواجهة..... (معرفة الذات).
- 11- تحسين النتيجة المكتسبة و التحكم في المواقف و الحركات الصعبة الذاتية و حركات الخصم..... (الإرادة في معرفة تفاصيل الحركة و مسعى المواجهة).
- 12- مراقبة رد الفعل كالقذف و التميرير و الهجوم المعاكس(سرعة الاستجابة و الشعور بوجود المساعدة).
- 13- احتلال المنطقة ، التنقل اتجاه اللعب ، التنقل نحو الهدف ، إبداع حركات ، إقصاء الخصم ، إقصاء الفضاء الحر ، التمرکز.... الخ..... (تسيير فضاء مميز ، المشاركة في أعمال مشتركة).
- 14- مراقبة الخصم ، احتلال المنطقة ، تغيير الأدوار، مساندة الزميل ، تحكيم مقابلة ، قيادة فريق، تنظيم و تسيير لعبة أو منافسة ، دور الملاحظ..... الخ..... (ضمان الأدوار التي تشترط معارف و أفعال مشتركة).
- 15- إعطاء معلومات مفيدة للزملاء لفظيا أو حركيا أو بالإشارات كمطالبية الكرة أو تمريرها ، قص الكرة أو أخذها من الخصم ، تنظيم اللعب لمواجهة خطة الخصم أو لإقرار خطة الفريق الخ..... (إدماج سلك إتصال الذي يشترط معارف و أفعال مشتركة).
- 16- تكييف خطة لعب للمحافظة على النتيجة المؤثرة على الخصم(خلق توازن جماعي و شكوك لدى الخصم)

النشاطات المستهدفة للمعالجة التعليمية هي :

- نشاط الكرة الطائرة.
- نشاط كرة اليد.
- نشاط كرة السلة.
- نشاطات أخرى حسب تصور الأستاذ.

نشاط الكرة الطائرة

1- الهدف منه.

- العمل على إسقاط الكرة فوق منطقة الخصم دون ضياعها خارج الميدان أو إسقاطها فوق منطقته.
- العمل على تفعيل علاقة الفريق بحامل الكرة و مستقبلها.
- اللعب بالحركة الدائمة وخلق شكوك لدى الخصم و أخذ المبادرة في التفوق.
- إنشاء فضاءات حرة و استثمارها.
- مواصلة تنظيم اللعب من أجل تحضير الحالة المناسبة لإيقاف الكرة طبقا لقوانين اللعبة.

2- المنطق الداخلي للنشاط.

- يتميز بقدرة التحكم ، الإدراك ، التضامن ، مراقبة الانفعالات وحركية نشيطة.
- يكتسي الأفعال الإرادية.
- أنه مشروع تنفيذي فردي و جماعي.
- ينطلق من اللعب الارتجالي (اللعب العشوائي) إلى اللعب الموجه والمنظم.
- ينطلق من تركيب المهارات الفردية نحو تسيير عمل جماعي منظم.
- يسمح باكتساب الكرة بدقة، تكون منسجمة مع حركات صحيحة وفعالة دون ارتكاب الأخطاء.
- التقاط الكرات وتحويلها لفائدة الفريق.
- تفادي مراقبة من طرف الخصم و منعه من استغلال الفضاء الحر للمنطقة التي أحميها.
- أخذ وضعية مناسبة من أجل حماية المنطقة و المشاركة في اللعب بنشاط.
- تنمية الجانب الحسي - الحركي و الاتصال مع الآخرين.
- يتميز بمفهوم العمل الجماعي و تنظيم اللعب المقتن.

3- كيفية التحقيق.

- أ- قدرة التنظيم الحركي (نفسي-حركي).
- مهارات الدقة ، مراقبة اللاعبين و الكرة ، مراقبة الذات ، الاستجابة و التحولات لمختلف الوضعيات.
- البحث على أكبر عدد من المستقبلين و التمكن من التأثير على جميع الكور.
- استعمال الوضعية المنخفضة (الأساسية) تحت الكرة و قدرة توجيهها.
- التوجه نحو الكرة (سرعة التنقل نحوها) و التحكم في تمريرها في اتجاه مرغوب فيه.
- الارتقاء عند الصد للهجوم و سرعة التنقل نحو الشبكة.
- استرجاع الكرة بطريقة سليمة (تجنب الارتجال و التمرير العشوائي).
- أخذ الاحتياطات اللازمة من أجل وضعية مناسبة لاستقبال الكرة عند الإرسال، (زميل أو خصم).
- أخذ أحسن وضعية بالنسبة للخطة الجماعية المستعملة.
- حسابات بصرية و تقدير المسافات و المسارات.
- تنسيق بين إدراك المدى و الأشياء و الاستجابة برد فعل إيجابي و سليم.
- التعامل مع : . الإرسال و تقدير قوته و مساره .
- التمرير مختلف تقنياته .
- الاستقبال و مختلف تقنياته و منابعه .
- الهجوم و الدفاع و الرد السريع لاستغلال الفضاءات و استعمال الارتقاء في .
- الوقت المناسب و اختيار الزميل الأنسب .
- استثمار المجالات .
- ب- قدرة التحكم (وجداني).
- التضامن و المواجهة الجماعية باستعمال المهارات الفردية المتميزة.
- اختيار الزميل المناسب و التعاون معه.

- اختيار وضعيات تناسب الخطة الجماعية و نظام اللعب الجماعي.
- احترام القانون و المشاركة في التسيير و التنظيم و الاندماج في الفريق.
- التمرکز الجيد لجلب نظر الزميل و السعي وراء عملية السند و الإعانة.
- التحكم في الانفعالات و عدم التخوف من أخذ أي دور فوق الميدان.
- أخذ مسؤوليات التنظيم و التسيير خلال العمل و المنافسة.
- الاستعداد لتقبل نقد زملاء و حكمهم مهما كانت النتيجة و انتهاج مبدأ النقد الذاتي.
- ت- قدرة معرفة كفاءات التسيير (معرفي).
- أهمية استعمال الوضعية المنخفضة تحت الكرة (الوضعية الأساسية).
- كفاءة جيدة لاستعمال الوسائل و الأجهزة.
- التمكن من إنجاز بطاقة الملاحظات و الشروع في التقييم الذاتي و تقييم الآخرين.
- تقدير المسارات ، سرعة الكرة و القوة المستعملة لتمريرها.
- توظيف القوانين و قواعد اللعبة.
- خلق وضعيات الدعم و المساندة في الوقت المناسب.
- إعطاء مسار عال للكرة في فضاء متقدم و استعمال المسافة اللازمة للتمرير.
- كفاءة أخذ المعلومات اللازمة لحامل الكرة (التوجيه، طول مسافة التمريرة ، مسار الكرة.....).
- كفاءة استغلال المساحات الحرة بين اللاعبين أثناء الهجوم و الدفاع.
- كفاءة استعمال هجوم مع تحويل الكرة عكس محور التنقل.
- معرفة كيف و متى يتم الهجوم و الدفاع.
- أخذ جميع المعلومات و توظيفها بالنسبة للكرة ، الزميل ، الخصم ، الخطة للوصول إلى الهدف.
- إعطاء معنى لمسار الكرة و عيا بالعوامل المؤثرة عليها.

4- مؤشرات مرجعية لمستويات التعلم.

المؤشر العام	التصرفات أثناء الدفاع	التصرفات أثناء الهجوم	المستوى
محاولة التركيز على مسارات الكرة و اتجاهاتها المختلفة و التأثير عليها بإعطائها اتجاهها مفيدا ، استجابة لهدف اللعبة و التركيز على منطقة الخص	<ul style="list-style-type: none"> - لمس الكرة إلا القريبة منه فقط - صعوبة مراقبة الكرة. - حماية إلا الفضاء القريب. - غياب المجازفة. - محاولة منع سقوط الكرة - فوق منطقتيه بأي طريقة. 	<ul style="list-style-type: none"> - إرجاع عشوائي للكرة. - اللعب من الثبات. - اهتمام التلميذ إلا بالكرة. - التخوف من وصولها إليه. - ارتباك و ارتجال . - إرجاع الكرة مباشرة. - اللعب إلا في الفضاء القريب - إبقاء الكرة عالية. - غياب أي تركيز أثناء العمل 	الأول (الموافق للسنة الأولى متوسط)

<p>محاولة التركيز على صحة استعمال الكرة و الحفاظ على المنطقة و إدراك قيمة الحركات الذاتية و البحث على السند و المساعد</p>	<p>محاولة منع سقوط الكرة في منطقته و الحفاظ عليها مع الزملاء ، و محاولة التموّج في المكان الملائم لاستقبالها.</p>	<p>الحفاظ على الكرة في منطقته و اللعب في فضاء واسع و البحث على العلاقة مع أي زميل للقيام بمحاولة هجومية</p>	<p>الثاني (الموافق للسنة الثانية متوسط)</p>
<p>التركيز على أسلوب لعب فريق الخصم و نواياه الهجومية و محاولة إيقافها عن طريق تراكيب بسيطة تشارك فيها مجموعة من اللاعبين.</p>	<p>محاولة لعب أدوار في منصب مميز : كموزع، مرسل، مستقبل، ممر... الخ ، التأويل و المحافظة على الكرة في المنطقة تحظيرا لمحاولة بناء الهجوم.</p>	<p>اللعب في فضاء مسير و التأثير على الكرة(التحكم) بمحاولة إعطاء عدة حلول إيجابية.</p>	<p>الثالث (الموافق للسنة الثالثة متوسط)</p>
<p>التركيز على لعب فريقه و محاولة المشاركة في نظام اللعب الجماعي البسيط بتنظيم الهجوم و الدفاع</p>	<p>فهم قيمة كل منصب لعب و المشاركة في عملية السند و التغطية و التحرك بالنسبة للنظام اللعب البسيط.</p>	<p>اللعب في فضاء واسع و نسج عدة حركات تؤهل للمشاركة في الدفاع و الهجوم و محاولة تنظيم التمريرات الثلاثة.</p>	<p>الرابع (الموافق للسنة الرابعة متوسط)</p>

5- مؤشر الكفاءة المنتظرة في نشاط الكرة الطائرة.

السلوكات الفنية المميزة له.	مؤشر الكفاءة.
<p>التنقل و التمركز داخل المنطقة لمنع الكرة من السقوط فيها بتمريرها للزميل أو إرجاعها نحو منطقة الخصم.</p>	<p>القدرة على إنجاز مهارات حركية أساسية مميزة و فهم المغزى منها داخل مجموعة العمل للتأثير على مردود الفريق و مسعى المواجهة.</p>

نشاط كرة اليد و كرة السلة

1- الهدف من هاذين النشاطين.

- العمل على مواصلة تقدم الكرة نحو منطقة الخصم دون ضياعها و لا تردد في استعمالها بخلق ظروف ملائمة لتبادلها والتهديف .
- ظروف تسمح باللعب النشط ،الذي يقتضي رد الفعل السريع و الاستجابة للزميل والخصم ، بمعنى استغلال تمرکز الزميل بالنسبة لوضعية الخصم.
- خلق شكوك لدى الخصم، و استثمار المهارات الشخصية و الانسجام الجماعي.
- خلق فضاءات حرة و استغلالها (التمرکز و احتلال المنطقة).
- اللعب المنظم من أجل التحضير لمواجهة حامل الكرة ، و كسر خطة الخصم الهجومية و منعه من بناء أي نظام بشكل خطرا على المنطقة الدفاعية ، في إطار قواعد وقوانين اللعبة.

2- المنطق الداخلي .

- قدرة التحكم ، الإدراك ، التضامن و الموازنة ، القوة ، رد الفعل ، الاستجابة السريعة ، الذكاء في استعمال مهارات فنية / حركية و معرفة قواعد و قوانين اللعبة و توظيفها.
- تحقيق مشروع جماعي و استغلال الحركية الشاملة لتحقيقه.
- تجنب التكتل حول الكرة أو حاملها بخلق مواقع ومراكز مناسبة فوق الميدان.
- بناء العمل الفردي خدمة للعب الجماعي.
- تحويل الكرة من الدفاع نحو الهجوم لبلوغ الهدف.
- تجنب مراقبة من طرف الخصم باستعمال المراوغة و التنقل السريع ، تمرير الكرة أو قذفها نحو المرمى أو اللوح (التخلص من المضايقة).
- خلق حركية جماعية للدفاع عن المنطقة، و التحول السريع نحو منطقة الخصم عند الاستحواذ على الكرة.
- تنمية الجانب الانفعالي و قدرة التكيف مع مختلف أوجه اللعب.
- ترتيب اللعب حسب القوانين و قواعد اللعبة.
- مواجهة تفرض صراع سليم ، من أجل الفوز أو اكتساب الكرة.

3-كيفية التحقيق

- أ- قدرة التنظيم الحركي (نفسي-حركي).
- إيجاد حلولاً حركية لتجنب التكتلات حول الكرة أو حاملها.
- استخدام الوظائف الأساسية (الحركات الأساسية) لتحسين المهارات الفنية / الحركية.
- الدقة في التصويب و التمرير لضمان أحسن استقبال للكرة ممكن .
- تجنب التردد و الارتجال باعداد حركية مناسبة واستثمارها .
- تنسيق حركي/ بصري / تنفيذي ، لبناء خطة جماعية أساسها المهارات الفردية المطبقة في ظروف أمنية سليمة.
- حركات صحيحة منسجمة مع المهارة المرغوب فيها.
- ب- قدرة التحكم (وجداني) .
- وضع المهارات الشخصية لفائدة الفريق و تفهم مغزى اللعب الجماعي .
- المساهمة في الخطة الجماعية (بناء و تنفيذ) و الشعور بالمسؤولية و القيام بالأدوار المختلفة.
- التضامن و تحدي المواجهة بالاندماج في المسعى المشترك.
- احترام القوانين و المساهمة في تسييرها و تنظيمها خلال جميع مراحل التعلم.
- تقبل حكم الآخرين ، والمشاركة في إعطاء الحكم أو الرأي دون خلفيات والتمكن من النقد والتقييم الذاتي.
- تقبل المعارضة و المضايقة بكل روح رياضية و احترام الخصم .
- السيطرة على الانفعالات السلبية.

- اختيار الزميل المناسب ، لقيادة زمرة أو فريق أو مجموعة عمل.
- تقبل الانهزام مثل تقبل الانتصار.
- ج- قدرة معرفة كفاءات التسيير (معرفي) .
- الإنضباط لقوانين و قواعد اللعبة، و قوانين تسيير الفريق أو جماعة العمل ، و معرفة كيفية تحسين المهارات من أجل استعداد أفضل للتنافس.
- ضبط وتقدير المسافات بين مكان القذف والمرمى .
- تقدير القوة و الدقة اللازمة و المناسبة للقذف (كرة اليد) أو التسديد (كرة السلة) .
- تقدير نشاط الجسم (في حالة: ثبات ، تنقل ، ارتقاء ، تمرکز...) ، القذف ، التسديد... الخ.
- اختيار الكيفية السليمة للقذف أو التسديد بين اللاعب المعترض و المرمى أو السلة.
- اختيار الكيفية السليمة للقذف أو التسديد من زوايا مختلفة.
- استعمال الوسائل و الأجهزة .
- تقدير مسارات الكرة و سرعتها و سرعة تنقلات الخصم و نواياه.
- تحدي الخصم (المراوغة و التحرر من المضايقة) و احتلال الفضاء الحر.
- استغلال المساحات (التمرکز) .
- إنجاز بطاقة الملاحظات ، قراءتها و استغلالها.

4- مؤشرات مرجعية لمستويات التعلم.

المؤشر	المستوى
- يعتمد التلميذ كثيرا على الأستاذ ، لا يعمل إلا في فضاء مؤمن ، غياب المبادرة و المشاركة الجماعية الإيجابية. - ظهور نشاطا لدى التلميذ (كون اللعب نشاطا وحيوية) مما يجعله ينتقل بسهولة في وضعيات و مسارات سهلة و بسيطة (فضاء معروف) مشاركة تلقائية غير منتظمة.	الأول س 1 م
- تنقلات و مشاركة فعالة (التنسيق بين التنقل و اللعب في آن واحد و إشراك زملائه في اللعب) ، انطلاقا من إشارات و معالم محدودة و تصور مفهوم للخطة الجماعية و قوانين مستوعبة تدريجيا كالمشي بالكرة ، إعادة التنطيط ، اللعب الخشن (فهم مدلول القوانين و توظيفها لصالحه) .	الثاني س 2 م
- استقلالية ذاتية في إطار محدود ، وضع المكتسبات من خبرات و مهارات في خدمة الفريق - ظهور مهارات حركية فردية و جماعية نوعا ما منسجمة مع بقاء نوع من التردد في المشاركة التلقائية مع الفريق خلال التنافس. بينما يتم ظهور مشاركة إيجابية و دون تردد للقيام بأدوار التنظيم و التسيير.	الثالث س 3 م
- يصبح التلميذ مدركا للمسؤولية ، و قادرا على أخذ المبادرة و الظهور أمام زملائه. يمكنه مناقشة اختيار خطة اللعب ، كما يستطيع أن يؤثر إيجابا على مردود الفريق نظرا لما اكتسبه من خبرات التي تمكنه من تكييف سلوكاته ، حسب الصعوبة المواجهة و الموقف الطارئ ، و القيام بأدوار بكل فعالية و كذا عمليات التقييم.	الرابع س 4 م

5- مؤشر الكفاءة المنتظرة في نشاطي كرة اليد و كرة السلة.

السلكات المميزة له	مؤشر الكفاءة
السعي وراء حل مشاكل المواجهة التي يفرضها الفريق الخصم ، و التحكم في مساعيه بصفة مباشرة و غير مباشرة ، بالكرة و بدونها.	القدرة على مواصلة العمل الجماعي الذي يستدعي التعاون و التضامن من أجل بناء خطة جماعية لتحدي المواجهة النشيطة.

النشاطات الخاصة

1- الهدف منها.

- الاحساس و الوعي بالمحيط المألوف و الغير المألوف.
- اكتشاف الطبيعة و المحيط عن طريق الألعاب و النشاطات الخاصة كوسيلة :
- * تعليمية
- * ترفيهية
- * اكتشافية

2- كيفية التحقيق.

- توظيف وضعيان شاملة (المهارات المختلفة) .
- تمارين الإدراك و عناصر التنفيذ.
- تمارين التوازن المختلفة و المناسبة للتنقلات في مختلف المحيطات داخل و خارج المؤسسة.
- تمارين التوجيه و التخطيط الفكري و استعمال المعالم و مختلف الإشارات.
- السعي إلى تحقيق مبدأ الحفاظ على المحيط ، النظافة ، الصحة و الأمن .
- تسهيل الأشغال اليدوية و التدوق و فتح المجال للمبادرة الإبداعية.

معالجة تعليمية للنشاطات الفردية

تهدف النشاطات الفردية إلى تعلم توظيف الطاقات الكامنة عند التلميذ ، و تطوير مهاراته الفكرية و الحركية و الاجتماعية و النفسية لاكتساب حركية متزنة و فعالة .

1- من أهدافها التربوية.

تسمح بـ :

- استعمال وضعيات جسمية و حركات سريعة الاستجابة لمؤشر أو منبه ما.
- التعرف على كيفية تسوية و ترتيب الحركات و التنقلات من أجل دفع الجسم في الفضاء.
- التعرف على كيفية تسوية و ترتيب الحركات و التنقلات من أجل التعامل مع زميل آخر أثناء التنقل (السريع أو البطيء) .
- كيفية تسوية و ترتيب الحركات و التنقلات من أجل اجتياز الحواجز الطبيعية و الاصطناعية.
- تنظيم التنقلات بالنسبة لمساحات العمل و أخذ القرار المناسب قبل الشروع في الحركة النهائية
- تنظيم فوتيرة و التحكم في التنفس أثناء التنقل (السريع أو البطيء).
- ضبط مختلف أنواع التوجيه و الارتقاء، حفاظا على التنسيق و التوازن الحركي و الجسماني.
- ضمان مداعبة و استعمال مختلف الآلات باختلاف أوزانها و أحجامها.
- التحكم في مختلف الأشكال التي يتعامل معها الجسم في الفضاء.
- تقدير مختلف مسارات الجسم في الفضاء ، و كذا مختلف مسارات و سرعة الآلات في الفضاء بعد التأثير عليها بالقوة الجسمية و السرعة الحركية.
- إنجاز أشكال جسمية رشيقة و جميلة " المظهر " من الثبات أو الحركة.

2- من خصائص النشاطات الفردية.

- استجابة حركية خاصة بكل موقف (الجري السريع أو البطيء ، الرمي بأشكاله المختلفة ، الإرتقاء حسب تغيير إتجاه السرعة " أفقيا أو عموديا " ، اجتياز مختلف الحواجز الطبيعية أو الاصطناعية ، دوران الجسم حسب شكل الحركة المراد إنجازها..... إلخ) .
- التنظيم الاجتماعي : العلاقة بقواعد النشاطات و قوانين تسييرها ، و العلاقة مع الزملاء أثناء تسيير و تنظيم العمل و المنافسات.
- بناء زمني/ فضائي : فضاء أفقي ، فضاء عمودي ، مسارات مختلفة ، ناتجة من الدفع و الطيران.
- استعمال وسائل الدعم التعليمي .

3- طبيعة عناصر الإنجاز

- أ- لها طبيعة إعلامية و معرفية من أجل :
 - اختيار المعلومات المناسبة لكل حركة أو نشاط يراد إنجازه.
 - أخذ القرار المناسب خلال الإنجاز (الاستجابة السريعة).
 - استعمال مهارات و تقنيات مميزة لكل نشاط.
 - علاقة الجسم بالحركة المميزة ، و بالفضاء أثناء التنقلات المختلفة الأشكال و الأبعاد.
- ب- معرفة قوانين النشاطات و الألعاب :
 - 1- في المجال الحركي .

- معرفة مختلف وتيرات الجري ، تقنياته الرياضية و إيقاعاته.
- معرفة مختلف وضعيات الجسم من الثبات ، و أثناء الحركة و التنقل.
- معرفة مختلف الأشكال الجسمية المطابقة لوضعية ما.
- معرفة مختلف التقنيات الضرورية لإنجاز شكل أو حركة معينة.
- معرفة أهمية التنسيق و التوازن الجسمي و الحركي.
- معرفة أهمية التوازن النفسي- الحركي - الفيزيولوجي.

2- في المجال النفسي الاجتماعي.

- المخاطرة و أخذ القرارات النهائية.
- تنفيذ تقنيات و حركات بأسلوب شخصي

4- المؤشرات الأساسية للنشاطات الفردية:

- الالتزام بالقواعد المناسبة للتقنيات الخاصة بكل نشاط رياضي فردي.
- تسيير و تنظيم علاقة الجسم بالمهارات الحركية (الفنية) أثناء العمل.
- استعمال أحسن حركية نافعة ، و أفضل طريقة تحقق أحسن نتيجة سلوكية ممكنة.
- انسجام و تسلسل مراحل التنفيذ الحركي في الزمان و المكان.
- البحث على أحسن مرونة و أفضل سيولة حركية لأفضل تصرف في وسط متميز .

5- تمييز الكفاءات بالنسبة للسلوكات الرياضية.

- إدماج القوانين تدريجيا ، حسب الأنشطة و تبيان علاقتها بالمهارة الرياضية.
- إدماج التقنيات الرياضية تدريجيا (مهارات حركية منسجمة مع استعداد التلميذ و توظيف إمكاناته الحركية)
- الإدماج التدريجي لعناصر الاتصال و التواصل (العمل بالفروقات المهارية و المستويات الرياضية و إعطاء فرص التنظيم و التسيير للجميع).
- تعلم مختلف القفزات (التحكم في الجسم في الفضاء و تحويل اتجاه السرعة).
- إدراك تقنيات الجري الصحيح ، القفز السليم ، التنفس المريح ، الرمي المفيد ، السرعة المتزنة التنسيق الحيوي العام ، المشاركة الإيجابية الخ.
- الأمن و الانسجام لتحقيق حركات مميزة.
- استعمال حياة صحيحة و سليمة للجسم أثناء العمل.
- التفاعل الجسدي ، النفسي ، العلائقي و المعرفي لإحداث الحركة المرغوب فيها في الوقت المناسب.
- سرعة الاستجابة لمؤشر أو مؤثر أو منبه خارجي ، و عدم التسرع تفاديا لارتكاب الأخطاء.
- تنظيم الحركات و تنفيذها دون تردد و لا تخوف من النتيجة المرتقبة (القيام بالمحاولة).
- تنظيم و تسيير الطاقات البدنية حسب الموقف، و التمكن من مراقبة عمل القلب.
- تنظيم و تسيير فضاء معين و التكيف فيه.
- إنتاج أشكال جسمية و حركات نافعة و هادفة في مختلف المواقف.

النشاطات المستهدفة:

- مختلف نشاطات ألعاب القوى .
 - نشاطات الجري
 - نشاطات القفز
 - نشاطات الرمي
- مختلف النشاطات الجمبازية
 - الحركات على الأرض
 - الحركات على الأجهزة
- نشاطات خاصة لها نفس البعد و نفس الخصائص.

نشاطات الجري

الجرى الطويل

1- الهدف من النشاط :

- استعمال الجري البطيء نسبيا في مسافات نوعا ما طويلة (تربية نفسية و فيزيولوجية).
- تنمية المداومة ، كونها الصفة الأساسية لنشاطات التلميذ خلال حياته اليومية في جميع المجالات.
- تنمية الرغبة في مواصلة الجهد و ترتيبه في الزمان و المكان، و المحافظة على الحالة الطبيعية العادية.
- تنمية اللياقة البدنية ، كونها قاعدة ضرورية لجل النشاطات و الأعمال كضمان للتوازن المريح.
- يمكن خلال الجري من استخدام مختلف إيقاعات ووتيرات التنقل (سريع / بطيء) ، وكذا تربية التنفس المنسجم مع شدة الجهد و العمل ، و التعامل مع محيط العمل و متغيراته ، و مع الأشخاص في إطار التعاون و التضامن (وضع خطة تكتيكية مشتركة ، من حيث التنظيم و التسيير في أبسط الأحوال).

2- المنطق الداخلي للنشاط.

- يتميز بالقدرة الهوائية و عمل قلبي رئوي متزن.
- يمتاز بالتنقلات في الوسط الطبيعي و الاصطناعي (مسالك و مساحات مختلفة داخل و خارج المؤسسة).
- مواجهة الوسط و التعرف عليه خلال الجري (الوسيلة الطبيعية السهلة و المألوفة عند التلميذ) وهذا يساهم في التنسيق الحيوي العام (التنسيق بين الأطراف/حركة ، جري/بصر ، عمل/تنفس ، حسابات بصرية/زمنية.... الخ).
- يساعد نشاط الجري في تنمية الإرادة و الذكاء.
- يساعد في استقامة الجسم و أخذ الوضعية المريحة ضمن العمل بإيقاع منظم و معتدل.
- يكتسي المواجهة الفردية و الجماعية (التسابق ، العدو الريفي أو سباقات النصف الطويل).
- يكتسي التنظيم و التسيير الفردي و الجماعي.
- يكتسي التخطيط الفردي و الجماعي.
- يستدعي قدرة الإدراك ، التوازن ، التعاون ، الرغبة في الانتصار و النجاح.
- تحقيق مسافة أو وقت أو رتبة، و هي عوامل محفزة للتلميذ (النتيجة).
- يقتضي التقييم الذاتي لمعرفة المجهودات و التطور الحاصل.
- الاكتساب التدريجي لتقنيات الجري ، و كذا تقنيات توزيع الجهد و ترتيبه في الزمان و المكان.
- تنمية فكرة الراحة و العمل ، الاسترخاء و الاسترجاع ، مراقبة الجهد و عمل القلب.

3- كيفية التحقيق .

- قدرة التنظيم الحركي (نفسي-حركي) :
- عمل جميع أطراف الجسم و تنسيقها فيما بينها (التربية الحركية).
- تجنيد الطاقة الحركية ، النفسية و الاجتماعية أثناء العمل، مع المحافظة على الحالة المتزنة المرغوب فيها.
- تنظيم العمل (الجهد) و ترتيبه في الزمان و المكان (الإيقاع و الوتيرة).
- تنظيم التنفس و توافقه مع الجهد (تربية نفسية).
- إدراك أهمية تقنيات الجري و توظيفها على أكمل وجه.

- قدرة التحكم (وجداني) :
 - الاستعداد لمغزى المشاركة الفردية و الجماعية ببذل الجهد في حالات غير طبيعية (الجري المتواصل و التنافس " التسابق ") .
 - التحكم في الانفعالات و الإحساس بالمجهود عند مواجهة الأفراد وتحدي مختلف المسالك .
 - تنمية الإرادة و الشعور بالرغبة في بذل المجهود أمام الزملاء و تحدي الموقف .
 - التحكم في الأدوار التنظيمية و التسييرية و القيادية المسندة .
 - تقبل النقد و التقييم من طرف الزملاء ، و التمكن من نقد و تقييم ذاتي .
- قدرة معرفة كفاءات التسيير (معرفي) :
 - معرفة الحركات الضرورية و عمل الوظائف الكبرى (عمل القلب ، عمل الجهاز التنفسي ، عمل الجهاز الدوري...الخ) .
 - معرفة علاقة الجهد بالجسم و المكان و الزمان (الحركات/ المسافات/ الوقت) .
 - معرفة كيفية المراقبة الذاتية و مساعدة الآخرين (كأخذ نبضات القلب مثلا) .
 - التعرف على قواعد الطبيعة و محيط العمل و آثاره على الجسم و التصرفات .
 - استعمال وسائل العمل (ضبط الوقت ، استعمال الميقات ، تسجيل النتائج ، استعمال البطاقة الفنية استعمال مؤشر الإنطلاق....الخ) .
 - معرفة كيفية استعمال بطاقة الملاحظات الشخصية و الجماعية و قراءتها أمام الغير .

4- مؤشرات مرجعية لمستويات التعلم.

المؤشر	المستوى
<ul style="list-style-type: none"> - التعرض لحالة الاختناق بعد إنطلاق سريعة ذات استجابة عفوية. - بذل جهدا كبيرا و غير منتظما لمحاولة الإنهاء بسرعة (الخوف من التعب) . 	الأول س1م
<ul style="list-style-type: none"> - يبقى التلميذ منتظما خلال مدة الجري إلا في مسافات قصيرة. 	الثاني س2م
<ul style="list-style-type: none"> - يبقى التلميذ منتظما في ركضه مع الزيادة في مسافة الجري في غياب إرهاق عال. 	الثالث س3م
<ul style="list-style-type: none"> - يبقى التلميذ منتظما باستعمال السرعة المناسبة مما يزيد من المحافظة على مدة الحالة الهوائية المتزنة خلال مدة جري طويلة نسبيا. 	الرابع س4م

5- مؤشر الكفاءة المنتظرة.

السلوكات الفنية	مؤشر الكفاءة
القدرة على قطع مسافة في حالة فيزيولوجية متزنة	القدرة على تنظيم و تكييف المجهودات باختيار الأسلوب المريح لبذل مجهود متواصل.

الجري السريع

1- الهدف من النشاط.

- تنمية قدرة السرعة .
- إدراك مختلف أنواع السرعة :
- سرعة الاستجابة.
- سرعة التنفيذ.
- سرعة التنقل.
- تنمية رد الفعل السريع لمؤشر أو منبه خارجي للاستجابة لعمل أو مهمة معينة.
- تنمية قدرة رد الفعل الإرادي بموجب مهمة أو عمل مطالب به للتنفيذ.
- تنمية قدرة رد الفعل الغير الإرادي و التحكم في الانفعالات و الرد المناسب لمؤشر أو منبه مميز.
- الاقتصاد في بذل جهد ، في وقت أو في مدة إنجاز محددة.
- السرعة لا تعني التسرع الذي يؤدي إلى ارتكاب أخطاء و احتمال مرتفع في نسبة الإخفاق ، هذا ما يؤدي إلى التركيز و التفكير في تحديد السرعة المناسبة قبل الانجاز .
- تنمي انسجام الحركية الديناميكية الفعالة و التوازن الفكري/العصبي/الحركي.

2- المنطق الداخلي للنشاط .

- تنمي "قدرة السرعة" باستعمال السرعة الحركية الغير العادية و المرتفعة حسب جهد التلميذ.
- استعمال الجري كوسيلة تنمي السرعة بمختلف أنواعها في محيط طبيعي أو اصطناعي.
- تسيير المجهود، في الحالة اللاهوائية وعمل القلب السريع.
- استعمال أدنى حد زمني يناسب المسافة ، والتعود على المواجهة الفردية و الجماعية.
- استخدام تراكيب حركية سريعة استجابة لما يتطلبه الموقف.
- الاعتماد على مراقبة عمل القلب، الراحة المناسبة الاسترجاع الكافي ، وكذا نشاط العضلات.
- استعمال أشكال مختلفة لتنمية السرعة (السرعة كسباق في المضمار، سرعة القيام بمهام وأدوار ، تنمية السرعة خلال عمل جماعي كسباقات التناوب، الخ....).
- يعتمد نشاط السرعة على تقنيات و مهارات حركية تستدعي التحكم في الجسم ، التوازن أثناء التنقل مع الانتباه والإدراك ، تنسيق حركي ، الإرادة و تدوق الجهد والشعور بالتعب السريع .
- مقاومة التعب و الإرهاق و الضغط النفسي المرتفع.

3- كيفية التحقيق.

أ. تنمية السرعة كصفة بدنية.

- * تنمي عن ألعاب ممثلة في سباقات و مسابقات فردية و بالفرق، أساسها سرعة التنقل القصوى تحدياً لعاملي الوقت و المسافة في وسط مسطح أو غيره.
- تحديد نقطتي الانطلاق و الوصول و مفهوم " المسافة القصيرة هي الأقرب".
- إدراك معنى الخط المستقيم بين نقطتين (المحور) كونه الأقصر و الأسرع .
- سعة الحركة (كسعة الخطوات) و عمل جميع الأطراف كمساعد في ديناميكية الحركة.
- التنسيق بين الحركة و التنفس ، بين الخطوات و استقامة الجسم (هيئة مرتفعة) ، بين الانتباه و الإرادة.....الخ.
- إدراج التنافس كمحفز أساسي للعمل .
- الربط بين الاستجابة لمنبه أو مؤشر، رد فعل سريع / تنفيذ.
- القيام بالجهد أو العمل في أقل وقت أو على أقصر مسافة ممكنة.
- الحفاظ على السرعة و البحث على أحسن فعالية بين السعة الحركية و الوتيرة.

- الجري نحو أقرب نقطة ممكنة (المحور، الخط المستقيم).
- اتساع سعة الحركة و دفع الجسم نحو الأمام ، ديناميكية عمل الذراعين ، رفع الركبتين.
- البحث على التوازن في أقصر مدة من أجل إنتاج و إنجاز أحسن.
- التوازن النفسي الحركي و المشاركة في التنظيم و التسيير.
- ترتيب الحركات و الجهد في الزمان و المكان استجابة للموقف والمنبه.
- الرغبة في مواصلة الجهد أو العمل و تحسين قدرة الاستجابة السريعة بدون تخوف ولا تردد.
- تقدير زمن رد الفعل و الانفعال ، و النتيجة المحصل عليها.
- استعمال وسائل العمل (ضبط الوقت ، إنجاز بطاقة فنية ، بطاقة الملاحظات ، استعمال مؤشر الإنطلاق الخ).
- معرفة مراقبة النبض القلبي و مساعدة الآخرين في ذلك.
- معرفة عمل الوظائف الكبرى (الجهاز التنفسي ، الدوري..... الخ).
- إنجاز و قراءة بطاقة الملاحظات و تقبل رأي و تقييم الآخرين و التمكن من التقييم الذاتي.
- ب. تنمية صفة السرعة خلال العمل الجماعي (التناوب).**
- استعمال نشاطات مفادها ألعاب التناوب و التتابع و المطاردة.
- استثمار المكتسبات المحققة في نشاط " السرعة " خلال نشاط التناوب الذي يعتبر إمتدادا لها (سباق جماعي).
- تحقيق فكرة التضامن و التعاون في بذل جهد أو القيام بعمل (سباق) جماعي.
- العمل في منطقة النفوذ و احترام حدودها (التناوب في منطقة الاستلام و التسليم).
- إدراك وقت التسليم و الاستلام و عدم ضياع الوقت أو الشاهد و ما إلى ذلك.
- التكيف مع مختلف الوضعيات المركبة و تنسيق العناصر المتداخلة من أجل نتيجة مشتركة بين أفراد الفريق الواحد.

كيفية التحقيق :

- أ- قدرة التنظيم الحركي (نفسى - حركي) :
- تنظيم الحركات و ترتيبها في الزمان و المكان (تربية حركية).
- تداول بين العمل و الراحة.
- تفادي التسرع تجنباً للوقوع في أخطاء المراقبة الذاتية و مراقبة منطقة العمل و حدودها.
- الانسجام بين إيقاع الحركة و إيقاع التنفس (تربية تنفسية).
- التحكم في المهارات الحركية الصحيحة و توظيف العناصر التنفيذية.
- المحافظة على السرعة عند الوصول و تسويتها عند الاقتراب من الزميل خلال التسليم .
- ب- قدرة التحكم (وجداني) :
- أخذ القرار بدون تردد.
- الرغبة في الممارسة و التباري مع الآخرين مهما كان المستوى.
- القيام بأدوار إيجابية ضمن الفوج .
- ت- قدرة معرفة كفاءات التسيير (معرفي) :
- تقدير الجهد بالموازاة مع الزمان و المكان.
- تقدير الجهد بالنسبة للآخرين و كذا بالنسبة للمسافة و الوقت.
- إدراك الفرق بين السرعة و التسرع.
- إحداث العلاقة بين المنبه و الاستجابة.
- إدراك الوقت و الفضاء و العلاقة بينهما.
- أثر الحركة على الوظائف و إدراك رد فعل عضلة القلب أثر الجهد أو العمل.
- التعرف على قواعد الطبيعة و أثارها على الممارسة.
- التمكن من التقييم و التقدير و استعمال الوسائل و تحضير مساحات العمل.

4- مؤشرات مرجعية لمستويات التعلم.

المؤشر	المستوى
<ul style="list-style-type: none"> - جري متعرج و عدم انسجام حركي و تسليم الشاهد من الثبات. - عدم الانتظام في بذل جهد مع محاولة الجري بسرعة قصوى ، ظهور عدم توافق بين الطرفين عند تسليم الشاهد . 	<p>الأول س1م</p>
<ul style="list-style-type: none"> - دفع الجسم و تفجير الحركة على مسافات قصيرة . - تسليم الشاهد في الجزء الأول من منطقة التسليم و واصطدام أثناء العملية. 	<p>الثاني س2م</p>
<ul style="list-style-type: none"> - انتظام في زيادة سرعه على مسافات طويلة نسبيا و تحدي الخصم من أجل الفوز . - تسليم الشاهد بأقل أخطاء (صحيحة نسبيا) في النصف الأول من منطقة التسليم. 	<p>الثالث س3م</p>
<ul style="list-style-type: none"> - انطلاق و وصول صحيحان و انتظام أثناء الجري و تماسك في المهارات الحركية. - تسليم الشاهد بطريقة سليمة في النصف الثاني من منطقة التسليم. 	<p>الرابع س4م</p>

5- مؤشر الكفاءة المنتظرة.

السلوكات الفنية المميزة له	مؤشر الكفاءة
<p>الاستجابة السريعة لمنبه خارجي قي أقصر وقت و خلق التوازن الجماعي لتحقيق غاية مشتركة.</p>	<p>القدرة على تقدير الصورة الجسمية و إدراكها أثناء التنقل السريع، بإنتاج أكثر ديناميكية حركية فردية و جماعية، تحسبا لعاملي الزمان و المكان.</p>

نشاطات الوثب

الوثب الطويل

1- الهدف من النشاط.

- مواجهة فردية لمحيط غير عادي.
- استعمال حركية شاملة متزنة و منسقة.
- استعمال القدرات التنفيذية الهامة (كالسرعة ، القوة ، المقاومة ، المرونة ، الدقة و التوازن).
- تنسيق بين قدرات الإدراك و قدرات التنفيذ.
- التكيف مع المحيط و استغلاله لغرض شخصي ولصالح الجماعة في الحالات الخاصة بالمنافسة.
- التمكن من دفع الجسم إلى المدى البعيد (الفضاء الحر) و التحكم في الحركات خلال الطيران.
- قدرة تحويل مسار السرعة من أفقية إلى عمودية.
- نهية محيط العمل وتأمينه بخلق الظروف الملائمة للعمل.
- تحولات جسمية و التحكم فيها في الفضاء.

2- المنطق الداخلي للنشاط.

- قدرة ربط السرعة بالحركة و الطيران.
- تحسين هيئة الجسم باتخاذ الوضعيات الملائمة .
- البحث حول الجودة الحركية و التنسيق الحيوي العام.
- التحكم في مختلف الإرتقاعات و ظروف تنفيذها في الوقت المناسب.
- تنظيم العمل الحركي خلال فترات الإنجاز (التقارب، الارتكاز، الدفع، الارتقاء، الطيران، السقوط).
- تنظيم سرعة الاقتراب من منطقة الدفع وتسويتها.
- تعلم أساليب التعلق في الفضاء الحر خلال مرحلة الطيران (تقنيات الوثب ارتقائي أو مقصي).
- إدراك سعة الحركات ووضعيات الجسم في مختلف مراحل التنفيذ الأرضي والهوائي.

3- كيفية التحقيق.

- إ- قدرة التنظيم الحركي (نفسي-حركي) :
- الارتقاء في الوقت المناسب و ترتيب الإيقاع بالنسبة لخشبة الإرتقاء.
- استقامة الجسم و تفادي التكور أثناء الإنجاز.
- سعة الحركة أثناء التنقل و الطيران.
- العمل على الاقتراب الصحيح و بأقل أخطاء ممكنة و مواصلة الجهد بدون تردد.
- إنسجام حركي أثناء التنقل و الطيران و الاستعداد للسقوط الجيد.
- تجنب الحركات الطفيلية.

ب- قدرة التحكم (وجداني) :

- تجنب التردد أمام الموقف ومحاولة بذل الجهد المناسب.
- التحكم الجيد في الجسم لتجنب فقدان التوازن.
- تنظيم الاستقبال الارادي لتحقيق أحسن نتيجة ممكنة.
- القيام بأدوار التسيير و التنظيم و مساعدة الآخرين.

ج- قدرة معرفة كفايات التسيير (تنظيمي) :

- إدراك التحولات الحركية و الجسمية في الحيز الفضائي و قدرة السيطرة عليها.
- التحكم في ثقل الجسم أثناء التنقل وخلال الدفع لأعلى و للأمام.
- استعمال وسائل و آلات القياس تحضير و ضبط البطاقات الفنية أثناء الممارسة و المنافسة.
- تحضير و استغلال بطاقة الملاحظات و قراءتها أمام الزملاء و التعليق عليها.
- معرفة أهمية السرعة ، القوة ، التوازن ، المقاومة بالنسبة للنشاط.
- إدراك الحيز الزمني و الحيز الفضائي في حالات غير طبيعية.
- استعمال معالم و إشارات توجيهية توضع فوق ميدان الممارسة للاستعانة بها.

4- مؤشرات مرجعية لمستويات التعلم.

المستوى	المؤشر
الأول س 1 م	<ul style="list-style-type: none"> - سرعة اقتراب بطيئة ، تردد أمام مكان الوثب وارتباك في استعمال رجل الارتكاز الصحيحة ، سقوط على الأرجل . (المرحلة الأولى من التعلم). - سرعة سليمة منتظمة و نوعا ما يفقدها التلميذ حين وصوله لمنطقة الوثب حيث يتردد بين الوثب و بين إتمام الجري (غياب القرار النهائي) - يتكور على نفسه أما النهاية تكون وثبة غير عادية أو خطوة كبيرة.
الثاني س 2 م	<ul style="list-style-type: none"> - إدراك أهمية خطوات الاقتراب المنتظمة ، هيئة جسمية سليمة نسبيا ، الوثب غالبا قبل أو بعد لوحة الارتكاز(التركيز عليها أكثر) ، الدفع إلى الأمام حيث السقوط يكون برجلين منثنيين وفي وضعية جلوس ، الرجوع إلى الوراء وعدم التحكم في التوازن ، البحث على أكثر أمان.
الثالث س 3 م	<ul style="list-style-type: none"> - تنسيق بين السعة الحركية المتزايدة و الدفع بالرجل الصحيحة نحو الأعلى بالاستعانة بالذراعين (التعلق) ، محاولة تكبير الجسم و البقاء أطول مدة في الفضاء الحر، إدراك ضرورة تعلم تقنية من تقنيات الوثب.
الرابع س 4 م	<ul style="list-style-type: none"> - تنظيم التعلق في الفضاء (تعلم تقنية مميزة) و الحفاظ على التوازن و تنظيم السقوط الدفع من لوح الارتكاز بمساعدة رفع ركبة الرجل الحرة إلى أعلى و للأمام ، تكبير سعة الحركات و الجسم و السعي إلى " أبعد "

5- مؤشر الكفاءة المنتظرة.

مؤشر الكفاءة	السلوكات الفنية المميزة له
دفع الجسم إلى أبعد فضاء ممكن و التحكم فيه بانسجام وتوازن حركي و في حالة صحيحة.	القدرة على دفع الجسم إلى أبعد مكان ممكن ضمانا لتعلق صحيح و سقوط سليم.

الوثب العالي

1- الهدف من النشاط.

- نشاط يقتضي مواجهة فردية ، في وسط مصطنع و مميز.
- نسعى من ورائه إلى دفع الجسم لأعلى فضاء حر ممكن.
- اجتياز حاجز عال و أفقي .
- تنظيم حركي منسجم و فعال في فضاء أفقي و فضاء عمودي و التنسيق بينهما.
- تشغيل معظم العناصر التنفيذية و عناصر الإدراك في حالات غير مألوفة.

2- المنطق الداخلي للنشاط .

- تنظيم المجهودات (الحركات) خلال مراحل الإنجاز المتميزة (الاقتراب ، الارتكاز ، الدفع ، الإرتقاء ، الطيران ، الاجتياز/اجتناب ، السقوط) و تسييرها في الزمان و المكان.
- استعمال رجل الارتقاء المناسبة، والمساعدة بالرجل الحرة التي تكون أكثر هجومية نحو العارضة.
- اختيار الزاوية الملائمة للتوغل من أجل مهاجمة العارضة و أخذ هيئة مناسبة للقفز.
- اتخاذ وضعية مناسبة لأسلوب الاجتياز (وضعية المقص ، الجانبية ، على الصدر أو على الظهر).
- استعمال رجل واحدة أثناء الدفع ، وتجنب الارتقاء بتجنب الحركات العشوائية.
- أخذ الاحتياط من أجل سلامة الوثبة وسلامة السقوط والبحث عن أفضل وضعية مريحة للجسم.
- استعمال السرعة و القوة الحركية اللازمة والتحكم في مختلف وضعيات الاجتياز.
- أخذ القرار المناسب للاجتياز، و تجنب الاصطدام مع الحاجز (العارضة) ، ترتيب حركي مسير.
- القدرة على تحويل مسار السرعة في الوقت المناسب (تحويل السرعة الأفقية إلى سرعة عمودية).
- تنسيق حركي/بصري أثناء الاقتراب من منطقة الدفع (المسافة الفاصلة بين الدفع والعارضة) .
- استقامة الجسم و امتداده أمام العارضة قبل الاجتياز و عدم التردد أو التخوف أمام علوها .
- تجنب الارتباك و الحركات الطفيلية أثناء عمليات الإنجاز الحركي . البحث على السيوولة والارتياح الحيوي للحركات.

كيفية التحقيق.

- أ- قدرة التنظيم الحركي (نفسي-حركي) :
- إنجاز حركات الطيران بالنسبة لمحفز عال (العارضة).
 - تحويل وضعية الجسم من أسفل إلى أعلى و اختيار الحركة المريحة (وضعيات الاجتياز).
 - تنسيق الاقتراب مع مكان الدفع (نقطة الارتكاز).
 - تجنب الحركات الطفيلية التي تؤثر سلبا على الإيقاع الحركي و الارتقاء إلى أعلى.
 - تعلم تقنيات الوثب و الاجتياز (على الصدر ، على الظهر ، المقصي أو الجانبي)
 - تسوية و تنظيم خطوات الاقتراب و الاندفاع بسرعة كافية في زاوية التوغل و الارتقاء في الوقت المناسب.

ب- قدرة التحكم (وجداني) :

- التحكم في الانفعالات و عدم التخوف من الفضاء الحر و علو العارضة .
- انسجام خلال دفع الجسم في الفضاء (شجاعة التوغل).
- تنظيم الهيئة العامة للجسم من أجل مردود أحسن أمام الحجز و الزملاء.
- البحث على التلقائية و الظروف الأمنية السليمة بمفرده أو بمساعدة الآخرين .
- القيام بأدوار التنظيم و التسيير و السند و المعاونة خلال جميع مراحل التعلم.
- التمكن من التقييم الذاتي و تقييم الآخرين و تقدير مجهودات عمله و عمل الآخرين.

ج- قدرة معرفة كفاءات التسيير (معرفي):

- إدراك علاقة الجسم بالفضاء و العوامل المؤثرة كالجاذبية و مركز الثقل و السرعة المركزية .
- إدراك التحولات الجسمية في الفضاء استجابة ل سرعة التنفيذ و القوة المستعملة و السيطرة عليهما .
- استعمال الوسائل و آلات القياس و البطاقات الفنية و قدرة التعرف على الحركة الصحيحة .
- إدراك أهمية الحركات الطبيعية و أثرها على التعلم (الحركات الأساسية: كالأبجديات) .
- السرعة ، القوة ، التوازن ، المرونة الخ ، و تدخلها في النشاط و النجاح .
- عناصر الإدراك المرتبطة بعوامل التنفيذ و كيفية ترتيبها في الزمان و المكان .
- كيفية تحويل السرعة انسجاما مع الحركة المناسبة .
- التصرف المناسب لاستعمال قوة الرجل و عمل النابض ، (قوة تصاعدية من أسفل إلى أعلى) .
- مشاركة جميع قوى الجسم في عملية الإنجاز و ترتيبها حسب الأولويات .
- إنجاز و قراءة بطاقة الملاحظات .

3- مؤشرات مرجعية لمستويات التعلم.

المؤشر	المستوى
- اقتراب بطيء ، تردد عند الاجتياز ، صعوبة اختيار رجل الارتكاز الصحيحة ، التخوف من العلو .	الأول
- اقتراب صحيح نسبيا دون اجتياز ، تردد أمام العارضة و الاصطدام بها بعد التعرف على رجل الارتكاز الصحيحة . تكور جسمي و غياب التنسيق الحركي .	س1م
- اقتراب صحيح نسبيا (منظم) ومحاولة الارتقاء في غياب استعمال الدفع الضروري إلى أعلى .	الثاني س2م
- عدم السيطرة على التوازن و الانسجام الحركي .	
- توازن الجسم في الفضاء و طريقة شبه سليمة في الاجتياز و السقوط .	الثالث
- إدراك أهمية تعلم تقنية الاجتياز .	س3م
- التركيز واستعداد في تنسيق الحركات التحضيرية (الاقتراب ، الارتكاز ، الدفع ، الارتقاء الاجتياز أخيرا السقوط) .	
- تنظيم التعلق في الفضاء مع تجنب لمس العارضة (تقنية شخصية) و السقوط السليم .	الرابع
- تنظيم عمليات الإنجاز و البحث على فعالية أكثر وأعلى ارتفاع ممكن (الرقم الشخصي) .	س4م

5 - مؤشر الكفاءة المنتظرة.

سلوكات الفنية المميز له	مؤشر الكفاءة
التحكم في الجسم في الفضاء ، بترتيب و تسوية الحركات المناسبة (التحضيرية و النهائية) رغم وجود الحاجز المتميز بالعلو و الامتداد .	القدرة على دفع الجسم إلى أعلى فضاء ممكن بانسجام وتوازن حركي ممكن .

نشاط دفع الجلة

1- الهدف من النشاط.

- التحدي الفردي المبني على مبدأ " الأقوى "
- استثمار القوة البدنية ، السرعة الحركية ، التوازن الجسمي.
- تنمية سرعة التنقل و التنفيذ والتصرف في منطقة محدودة للعمل .
- التمكن من تعويض القوة البدنية الناقصة باستعمال مهارات حركية مناسبة.
- مشاركة جميع أطراف الجسم في إنجاز القوة اللازمة لدفع كتلة صلبة ذات حجم ووزن معينين إلى أبعد حد ممكن (ديناميكية شاملة) .
- تجنيد قوة الجسم ضمن مسلك للدفع ، من الأسفل إلى الأعلى (النابض) .
- تقدير مسار الدفع و بعد الكتلة بالنسبة لمنطقة الرمي.
- احترام لقوانين مضبوطة وتطبيقها في منطقة محددة للحركة.
- الحفاظ على التوازن بحمل ثقل و استعمال الإرتكازات تحسبا للحركة النهائية الصحيحة والسليمة.

2- المنطق الداخلي للنشاط.

- يتميز بالقدرة على استعمال السرعة الحركية الشاملة.
- يسمح بتوظيف جميع عناصر التنفيذ و الإدراك و الانسجام فيما بينها.
- انتقال الثقل من الخلف إلى الأمام و من أسفل إلى أعلى.
- تحويل هيئة الجسم المنخفضة إلى الامتداد و تكبيرها في النهاية.
- مساعدة الذراع الرامي بحركة النابض (انتقال القوة عموديا) .
- مشاركة رجل الارتكاز، دوران الحوض وضمه ، ورفع الجذع و تحويله نحو اتجاه مسار الآلة (الجلة) .
- دوران الكتف و تأثيره على الذراع الرامي (استقامة كاملة للجسم) .
- خروج الآلة من تحت العنق و التأثير عليها بالقوة الناتجة من حركية الجسم السريعة.
- الدفع إلى أبعد فضاء ممكن (من الثبات ثم بالتنقل) .
- مراقبة الجسم خلال العمل والحفاظ على التوازن.
- البحث على السيولة الحركية دون تأثير وزن الآلة عليها والحفاظ عليها حتى النهاية (مقاومة الثقل) .

3- كيفية التحقيق.

- أ- قدرة التنظيم الحركي (نفسي -حركي) :
- الإرتكازات المحكمة .
- البحث على الزيادة في سرعة التنفيذ .
- التنسيق بين الدفع والحركة النهائية .
- تنظيم و تسيير و تسوية الحركات في الفضاء المحدود .
- استرسال القوة من الأرجل إلى الذراع الرامي .
- تحويل ديناميكية الجسم الشاملة إلى نتيجة تترجم عن طريق مسار الآلة نحو الأمام و في محور مستقيم و نحو أبعد نقطة ممكنة .
- الاحتفاظ بالوضعية المنخفضة للجسم طيلة التنقل .
- التمكن من توليد القوة اللازمة للذراع الرامي (الحركة النهائية) .

ب- قدرة التحكم (وجداني) :

- التحكم في ترتيب المهارات الحركية مهما كان نوع الآلة المستعملة.
- إنجاز عمل مهما كان المستوى المهاري و البدني.
- إحداث علاقة ارتباط بين الجسم و الحركية الشاملة و الوسط .
- الابتعاد عن الملل بخلق حيوية في العمل (جو التنافس) .
- الالتزام بعلمي السند و التعاون .
- توفير الجو الأمني و السهر على احترامه.
- تصحيح و مراقبة ذاتية ، و التمكن من تحقيق أحسن نتيجة أمام الآخرين.
- القيام بأدوار التسيير و التنظيم خلال جميع مراحل التعلم.
- تقبل المراقبة و التصحيح .

ج- قدرة معرفة كفاءات التسيير (معرفي) :

- إدراك الفرق بين القذف و الرمي و الدفع.
- التأقلم مع الآلات و معرفة أحجامها و أوزانها.
- معرفة كيفية ترويض الآلات و التحكم فيها من الثبات و أثناء التنقل حفاظا على التوازن.
- حسابات بصرية حول المسارات الفضائية للآلة و القوة التي يجب أن تؤثر عليها.
- ضبط السرعة الحركية و تنسيقها مع الحركة النهائية.
- إدراك الزوايا الملائمة لتحرير الآلة لقطع أكبر مسافة فضائية ممكنة.
- معرفة ترتيب مراحل الإنجاز بكيفية صحيحة.

4- مؤشرات مرجعية لمستويات التعلم.

المستوى	المؤشر
الأول	- عدم التمكن من مراقبة الآلة تحت العنق و صعوبة التحكم فيها ، يرجع ذلك لثقلها و حجمها الغير المألوفين.
س1م	- الدفع بالذراع دون تحضير الجسم لذلك يسبب فقدان التوازن بعد تحرير الآلة. - تباطؤ حركي و بقاء الارتكاز على الرجلين معا.
الثاني	- عدم استرسال التنسيق بين وضعية الجسم المنخفضة و استقامته في النهاية (ارتباك حركي)
س2م	- إدراك أهمية دوران ولف الحوض و أثره على الكتف و الذراع الرامي. - تعلم الدفع الجانبي و محاولة خلق ارتكازات متزنة.
الثالث	- استعمال جيد لمنطقة الدفع ، استثمار السرعة المولدة .
س3م	- تعلم إدراك كيفية استعمال التنقل و إنهاء الحركة و المحافظة على التوازن و الرغبة في إيصال الآلة إلى أبعد.
الرابع	- استعمال مختلف مهارات الدفع (الجانبي ، من الظهر) بإدراك أهمية الزحف المسطح من الخلف إلى الامام و الحركية الشاملة للجسم ، و مفهوم النتيجة القياسية
س4م	

5- مؤشر الكفاءة المنتظرة .

مؤشر الكفاءة	السلوكات الفنية المميزة لها
القدرة على استعمال قوة الدفع لقذف ثقل إلى أبعد حد ممكن باستثمار جميع الطاقات البدنية و المهارية	التحكم في الآلة (الجلة) و التمكن من دفعها (رميها) إلى أبعد مسافة ممكنة في ظروف أمنية و نفسية متزنة.

النشاط الجمبازي

1- الهدف من النشاط:

- التحكم في الجسم و إدراك الفضاءات .
- التعبير الجسدي و الرغبة في إظهار جمال الحركات و رشاقة الجسم.
- المجازفة المعقولة و تبني أشكال جسمية و حركات تعبيرية لها بعد جمالي و علانقي.
- مواجهة عدم الثقة في النفس واستقامة هيئة الجسم و سهولة حركاته.
- تربية جسدية وتنسيق حركي / تنفسي.
- البحث على سعة الحركات و صحتها من أجل أفضل استثمار.
- استعمال جميع الإرتكازات أثناء التحولات الجسمية في الزمان و المكان المناسب.

2- المنطق الداخلي للنشاط .

- يساهم في تنمية المهارات الحركية و إدراك الفضاء المعيش.
- تربية حركية متزنة و رشيقة لها بعد تعبيرية هادف.
- لها قوة إرادية و اندفاعية في العمل حيث تساعد على التحكم في الانفعالات والتركيز.
- يتميز بالتنقلات الفضائية ، تلاحم الجسم مع المحيط المباشر في حالات عادية و غير عادية.
- تحويل أشكال الجسم من استقامة إلى دوران ، فتنقلات ، إلى وضعيات بهلوانية.
- تنمية عنصر التنفيذ الحركي و عناصر الإدراك.
- يساعد في إدماج التلميذ في محيطه المادي و البشري و تجاوز الحالات النفسية المرعبة والمضطربة.
- يمكن من طلب المساعدة و العكس ، بدون خلفيات .

3- كيفية التحقيق.

أ- قدرة التنظيم الحركي (نفسي-حركي) :

- استثمار الإمكانات الفطرية و الحركات الطبيعية المعهودة لإنجاز أشكال حركية متميزة و معقدة نسبيا، ذات مظهر غير طبيعي ، وذلك بحثا عن أكثر تكامل و إنسجام بينها و بين الجسم والعقل، لخلق مشاهد تجلب الأنظار.
- تحسين المكتسبات التي تؤهل في تحقيق أكثر فعالية، و حركية صحيحة و تعلم مهارات أكثر تعقدا.
- تحسين عناصر التنفيذ الحركي ، و عناصر الإدراك سيما (سرعة التنفيذ و إدراك الفضاء) .
- تقوية عضلية (عضلات البطن و الحوض) و استقامة الظهر.
- تعويد الجسم على حركات غير مألوفة و ترويضه " لمواجهة حالات مركبة و معقدة.
- ترتيب الحركات في شكل تسلسل مع مراعاة جانب تدرج و تصاعد الصعوبة فيها.
- استعمال الإيقاع الحركي و المحافظة على الانسجام و التوازن.
- استعمال الارتكازات و ضمان السعة الحركية المناسبة.

ب- قدرة التحكم (وجداني) :

- حب العمل و التظاهر أمام الغير.
- التقييم الذاتي و تقييم الآخرين و القيام بمهمة السند و المعاونة .
- محاربة الحركات الطفيلية دون ارتباك و لا خجل و طلب المساعدة عند الضرورة.
- القيام بأدوار التنظيم و التسيير و تنشيط فوج عمل و إبداء حكم.
- القيام بمهام التحكيم .

- اعتبار الجسم كوسيلة اتصال.
- توفير الإمكانيات وإعطائها صبغة الجمال أثناء العمل.

ت- قدرة معرفة كفاءات التسيير (معرفي) :

- إدراك نشاطات الجسم و توظيفها في حالات مميزة غير مألوفة.
- معرفة كيفية التدخلات أثناء عمليات السند و المعاونة و تقدير المستوى التعبيري.
- التعبير الجسدي بعيدا عن أي مخاطرة و ارتجال يزيد في التوتر و الانعزال.
- تمييز أهمية الحركات و ترتيبها في تسلسلات حسب درجة الصعوبة.
- المحافظة على تكور الجسم و ضبط الحوض في الحالات التي تقتضي ذلك.
- معرفة الفرق بين الحركات الجمبازية و الحركات العادية و بعدها التربوي و الجمالي.
- كيفية استغلال الفضاء المحدد و قدرة استرسال الحركات فيما بينها.
- إنجاز بطاقة الملاحظات و استغلالها.

4- مؤشرات مرجعية لمستويات التعلم.

المؤشر	المستوى
<ul style="list-style-type: none"> - مشاركة محتشمة و إقبال سلبي للظهور أمام الآخرين. انعدام تصور القيام بحركات جمبازية بالمعنى الفني الصحيح. وجود رغبة في اللعب عن طريق التلقائية الحركية (مهارات فردية). - إنجاز أشكال ووضعيات أساسية كالفزات البسيطة و السهلة، الوقوف أو الوثب على الرأس، الدوران ، الدحرجات (مكتسبة خارج إطار المدرسة)، كلها تستدعي التحسين و التطوير. 	الأول س1م
<ul style="list-style-type: none"> - تركيب بسيط لمسلسل من حركتين إلى أربعة حركات أساسية و سهلة بعد تعلم الوضعيات الأساسية خاصة منها الدوران. 	الثاني س2م
<ul style="list-style-type: none"> - تنسيق حركي منتظم و صحيح ، يبدو الانسجام مع أقل أخطاء ممكنة و إدراك القواعد الأمنية و المشاركة في العمل الجماعي. - تنظيم تسلسل لأكثر من خمسة حركات و الظهور أمام الآخرين دون خجل و ارتباك. - إدراك الصعوبة الحركية و قيمتها في الجمباز (الأرضي). 	الثالث س3م
<ul style="list-style-type: none"> - تنسيق حركي صحيح و منسجم في تسلسلات مركبة من حركات معقدة حسب إمكانيات التلاميذ : المشروع الشخصي (مفهومي البرنامج الإجباري و البرنامج الحر). 	الرابع س4م

5 - مؤشر الكفاءة المنتظرة

مؤشر الكفاءة	السلوكات الفنية المميزة له.
القدرة على إنتاج و أداء أشكال جسمية معبرة و لها بعدا جماليا و علانقيا .	التحكم في الصورة الجسمية في الزمان و المكان و إدراك التدرج في الصعوبة المهارية مع تكييف الحركات الطبيعية لمواجهة للموقف.

التقييم التربوي

يساير التقييم التربوي المسار التعليمي و يستهدف كل المراحل المدرجة في المشروع التربوي الرامي إلى اكتساب وتنمية الكفاءات ، التي تمكن التلميذ من التصرف والتكيف مع كل المستجدات .
يشمل التقييم : التلميذ و إستراتيجية التعلم على حد سواء .
ولهذه العملية أهمية كبرى ، طبقا لما ترمي إليه المقاربة بالكفاءات ، و التي تعتمد على عنصر "التقييم " من خلال النتائج المتمثلة في السلوكات المنبثقة من عملية التعلم :

كيفية تقييم الكفاءة :

- تحديد العناصر التي لها علاقة بالكفاءة المستهدفة (المؤشرات) و الحكم على نجاعتها خلال مراحل التعلم.
- تقييم الفعل السلوكي خلال مراحل الإنجاز (الحالات التعليمية).
- تقييم الانسجام والتجانس بين الأفعال السلوكية والكفاءة التي انبثقت منها : التجانس
- تقييم إنجاز الكفاءة في مجالها الحيوي (سياقها) الممتد في الزمان و المكان (بعد تحديد شروط و ظروف الإنجاز).
- تقييم اختيار المهارات الضرورية و مدى توظيفها و توزيعها في مراحل التعلم (المؤهلات و المكتسبات).
- اعتماد الملاحظة : كونها العنصر الضروري الذي يواكب عمليات التقييم.

كيفية إنجاز شبكة التقييم عن طريق الملاحظة المباشرة :

إن **الملاحظة** هي العنصر الضروري في إنجاز عملية التقييم في جميع مراحل التعلم ، يستعملها الأستاذ لتحديد انشغالات واحتياجات التلاميذ لضمان تخطيط ناجح يسمح بمواصلة عملية التعلم الفردي و الجماعي وبلوغ الكفاءة المنشودة. (تقويم عملية التكوين باستعمال المعالجة و التسوية) .

* تسمح الملاحظة للأستاذ بـ :

1- تقييم التلاميذ خلال عمل الأواج .

- كيف يتم النشاط الداخلي لكل فوج و ما هو تأثيره على مشاركة كل تلميذ ؟
- ماذا تعلمه التلاميذ ، ما هي النقائص و ما هي إنشغالاتهم ؟
- تقييم مستوى التعلم (المكتسبات).
- تقييم نوع المساعدة الضرورية للتلاميذ (هل هم في حاجة لدعم، توجيه، إرشاد، أو تنشيط).
- تقييم التفاعل بين أعضاء كل فوج
- تقييم سلوكات و تصرفات التلاميذ خلال عملية التعلم.

اهتمامهم بالنشاط.

تفاعلهم و تفاهمهم مع الحالات التعليمية المقترحة.

التواصل بينهم خلال إنجاز عمل مشترك (التعاون ، التضامن ، التشاور...).

المشاركة الجماعية (هل هناك تهميش أو انعزال عن الفوج ، المشاركة مع الزملاء أو حالات أخرى).

هل هناك اهتمام ، رغبة ، حيرة ، تساؤل ، التزام ، ظهور سلوكات تدل على حب العمل أو الاستياء منه ؟

ما نوع العلاقة الموجودة بين أعضاء الفريق الواحد ، هل هي وطيدة أو سطحية أو أخوية أو محفزة ؟

ما هو مستوى الاستيعاب خلال مرحلة التعلم ، قبل الانتقال للحالة الموالية لها .

تقييم خطة العمل و المنهجية المستعملة.

تقييم العناصر المستهدفة في بطاقة الرغبات المعلنة بعد نتائج التقييم التشخيصي

تقييم قيمة الاتصال والتواصل بين أعضاء الفريق الواحد و بين جميع الفرق: التعاون

تقييم الاتصال المباشر (المخاطبة بالكلام).

تقييم الاتصال الغير المباشر (استعمال الرموز أو التعبير الجسدي أو الحركات).

التقييم الذاتي و ملاحظات التلاميذ فيما بينهم ونوع رد الفعل و النقد .

تقييم نوعية المنتج و المستوى التحصيلي و المحتوى التعليمي خلال مرحلة التعلم.

تقييم المهارات البدنية ، الحركية ، النفسية ، الاجتماعية و المعرفية.

تقييم مدى نجاعة الملاحظة خلال عملية التعلم.

2- تقييم تدخلات الأستاذ.

- هل التدخلات أتت بجديد للتلاميذ؟ و هل ساعدتهم في إنجاز عمل أحسن؟
- هل دفعت بهم إلى أفضل تعامل و تضامن ؟
- هل زادت من قدرة استيعاب تصور حلول مناسبة للمشاكل المطروحة؟
- هل دفعت بالتلاميذ إلى إيجاد حلول شخصية لمشاكلهم في الميدان؟
- هل سمحت للتلاميذ من استيعاب مهارات معرفية و اجتماعية جديدة؟
- تقييم دوره (الأستاذ) كمسهل لعملية التعلم.
- تقييم دوره كمساعد لرفع التحديات من طرف التلاميذ والوصول بهم إلى أكثر استقلالية.
- تقييم دوره كنموذج أو صورة يقتدي بها التلاميذ .
- تقييم دوره كمشجع و محفز يدفع بالتلاميذ للعمل الجدي و الإدلاء بالرغبة.
- تقييم طرق إدماج التلاميذ و سط المجموعة أو فريق العمل مهما كان المستوى والمزاج

3- تقييم المهارات.

- تقييم قدرات التعاون (مهارات اجتماعية) .
- تقييم القدرات المتعلقة بإنجاز مهمة خلال عملية تعلم (مهارات معرفية) .
- تقييم القدرات المتعلقة بالعلاقات خلال العمل.
- تقييم المعارف الموظفة من أجل تنمية مختلف المهارات خلال عملية تعلم.
- تقييم الميكانيزمات الخاصة بـ :
- وضع الثقة و الاحترام المتبادل لتعلم مهارات جديدة.
- تكييف الوضع والوسائل لتنمية المهارات الحركية، المعرفية والاجتماعية
- اختيار الوسائل و الدعم المستعمل لعمل يتعلق بمهمة مسندة للتلاميذ
- التفاعل المتبادل في تنمية المهارات في إطار العمل الجماعي و الفردي.
- تدارك المهارات الاجتماعية (الإصغاء ، تبادل الآراء والأفكار ، تشجيع الآخرين ، التواصل، الاتصال ، الانسجام بين أعضاء الفوج الواحد... الخ) .
- أدراك المهارات المعرفية (تحليل المعلومات و فهمها ، علاقة الأفكار بالمعلومات ، الاستنتاج ، التصور ، الابتكار ، أخذ القرار ، قدرة التعلم و الاكتساب... الخ) .

كيفية تقييم الحالات المعقدة (وضعيات الإشكال)

- يقيم التلميذ خلال نشاطه (في وضعيات إشكال التي تدفع به إلى التعلم) طبقا للمؤشرات الأساسية التالية :
- 1- الكفاءات المعرفية الخاصة بالتلميذ .
- فهم جوانب المواجهة ، مغزى التعاون و التضامن خلال العمل الجماعي، الذي يشترط استعمال المكتسبات و المؤهلات الذاتية لحل العقدة (المشكل) الذاتية أولا ، ثم بعد ذلك إفادة الجماعة بالنتيجة المحصل عليها لحل العقدة الجماعية (التبادل في الخبرات) .
- 2- الكفاءة الخاصة بحل الوضعيات الإشكالية الصعبة.
- تقديم مبررات كافية و مناسبة للهدف الذي نسبت إليه المشكلة ، بمعنى استعمال مهارات جديدة لحل المشاكل المواجهة في الميدان.
- 3- الكفاءة الخاصة بجرد المعلومات اللازمة لحل المشاكل المطروحة.
- استعمال منابع مختلفة للمعلومات (المكتسبات و المؤهلات) .
- 4- كفاءات التواصل.
- استعمال حالات تستدعي مختلف أساليب الاتصال منها :
- النشاط الفعلي (نشاطات ورشات العمل و الألعاب) .
- التنظيم
- التسيير

القيام بأدوار ومهام داخل الورشة أو الفوج

سيرورة عملية التقييم

يرمي التقييم المسابير لعملية التعلم إلى فهم معنى هذا التعلم نفسه ، و البحث على مؤشرات تدفع بالأستاذ إلى تسوية عملية التكوين المؤثرة على التلميذ ، من حيث تنمية قدراته من جهة ، و تقييم مستواه المهاري طبقا لمعالم يتم تحديدها مسبقا من جهة أخرى.

يستوجب التقييم تبني لغة الحوار والتشاور بين طرفي عملية التعلم (الأستاذ والتلميذ) بصفة دائمة ومستمرة فالتقييم عملية تكوينية في حد ذاته ، وعنصرا إستراتيجيا في مفهوم التربية والتكوين، يسمح بقياس منتج التلاميذ خلال مراحل التعلم (التكوين) ، و الإدلاء بالحكم في بداية ، خلال و في نهاية كل مرحلة تعليمية.

نموذج لعملية التقييم.

أنواع التقييم		وظائف التقييم		مراحل عملية التقييم	
معياري	مقنن	الهدف منه	صفة التقييم	الهدف منه	الفترة
<p>عملية شخصية ، كما يمكن أن تكون جماعية ، يرتب من خلالها التلاميذ فرديا أو جماعيا ، حسب رغبة الأستاذ في إعطاء تقديرات تدل على مدى بلوغ التلاميذ إلى المستوى المستهدف في نهاية مرحلة التعلم (الكفاءة)</p> <p>عناصر التقدير هي : السلوكات . المهارات .</p>		<p>معرفة المستوى الأولي للتلاميذ يتم عن طريق " كشف "</p>	تشخيصي	تخطيط المشروع	قبل مرحلة التعلم.
<p>عملية شخصية ، ليست مستقلة عن إنتاج التلميذ . يسمح بتقدير منتج كل تلميذ عن طريق سلم تنقيط يقاس على معدل نتائج كل التلاميذ في نشاط معين من خلال عملية كشف أولي أو نهائي أين تكون : المسافة . الوقت . الأخطاء . عناصر للتقدير.</p>		<p>يساير عملية التعلم (التكوين) يرمي إلى: التعديل والمعالجة (التقويم)</p>	تكويني	تطبيق المشروع	خلال التعلم
<p>يعرفنا عن مدى تحصيل التلاميذ خلال مرحلة التعلم (مقارنة مع المستوى الأول)</p>		<p>يعرفنا عن مدى تحصيل التلاميذ خلال مرحلة التعلم (مقارنة مع المستوى الأول)</p>	تحصيلي	إعطاء حكم نهائي حول تطبيق المشروع	في نهاية مرحلة التعلم
<p>. تقييم إستراتيجية التعلم (نظامي) : إعطاء حكم حول نجاعة عناصر البرمجة ، المحتويات ، المنهجية ، استعمال الوسائل ، تطبيق النصوص (التعليمات و التوجيهات) .</p>					

التقييم التشخيصي

1- الهدف منه.

- يساعد في أخذ المعلومات الأولية قبل الشروع في تخطيط البرنامج العملي (التعلمي).
- يساعد على ملاحظة سلوكيات التلاميذ خلال عملية " الكشف الأولي " ، التي تبين اهتمامات و احتياجات التلاميذ في بداية مرحلة التعلم.
- استغلال و معالجة بطاقة الملاحظات التي تبني أساسا على " مؤشرات الكفاءة القاعدية المستهدفة.
- من الناحية البيداغوجية :
- إعطاء تقديرات أولية للمستوى المهاري للتلاميذ و ترتيب المؤشرات حسب الأولويات و استخراج النقائص.
- ترتيب الاهتمامات و الاحتياجات التي برزت خلال الكشف.
- من الناحية التنظيمية :
- التشاور في بناء المشروع بين الأطراف المتداخلة (الهيئة البيداغوجية) التخطيط و البرمجة.

2- وسائل إنجازه.

- الكشف (ألعاب مميزة أو نشاطات مكيفة للمؤشرات المستهدفة) .
- المنافسات التقليدية.

3- فترة إنجازه.

- قبل الشروع في عملية التعلم إي في بداية مرحلة التعلم (يجب اعتبار الكشف أو المنافسة كعنصر تكويني ضمن مخطط التكوين الشامل) .

4- النتائج المنتظرة.

- إعلام الأستاذ و التلاميذ عن مدى التحكم في :
 - وسائل العمل .
 - ظروف العمل و كيفية إنجازه .
 - إبراز القدرات و المؤهلات (ما هي المكتسبات الأولية) .
 - قابلية التلاميذ للعمل و رغبتهم في المادة .
- مدى تطبيق التعليمات من حيث تنظيم و تسيير الحصة الإكتشافية .
- مدى تفاعل التلاميذ مع الأدوار المسندة لهم .
- مدى استعمال و استثمار بطاقة الملاحظات .
- النقد البناء و المناقشة الصريحة .

5- مسعى التقييم التشخيصي.

- إنجاز بطاقات القياس و التقدير .
- إنجاز بطاقة التطورات الخاصة بالتلاميذ .
- إنجاز بطاقة الطلبات (البطاقة المنهجية للأستاذ) .
- ترتيب وسائل الدعم (دروس نظرية ، وسائل إيضاح ، كراس التلميذ)
- تحسبا لتقييم عملية التعلم .
- إنجاز الوحدة التعليمية و الوسائل الضرورية لتحقيقها .

التقييم التكويني

1- الهدف منه.

- إعلام الأستاذ و التلميذ حول :
 - درجة التوفيق التي بلغها التلميذ .
 - خطة التعلم (خاصة بالأستاذ) .
 - إدماج العناصر الجديدة من أجل تحسين المستوى .
 - تسوية و معالجة الخطة و المستوى المهاري للتلاميذ " تقويم " الإستراتيجية للرفع من نوعية العمل .
 - طرق و كفايات إشراك جميع التلاميذ في عملية التعلم .
 - مساعدة الأستاذ في الإنجاز تحسبا لحقيقة الميدان و المستوى الفعلي للتلاميذ .

2- وسائل إنجازه.

- الملاحظة
- بطاقة التقييم الذاتي (خاصة بالتلاميذ).
- بطاقة المتابعة (خاصة بالأستاذ).

3- فترات إنجازه.

- قبل ، أثناء و في نهاية مراحل التعلم (التكوين)
- يساير جميع مراحل التعلم ، من الوحدة التعليمية إلى المهمة التي يقوم بها التلميذ.

4- النتائج المنتظرة.

- إمكانية اكتشاف و معرفة أين؟ كيف؟ و متى يشعر التلميذ بالمشاكل المواجهة في الميدان ، حتى يتسنى للأستاذ التدخل بالافتراحت والتوجيه.
- يسمح بتشخيص النقائص و معالجتها خلال الإنجاز .
- يساعد على أخذ القرارات البيداغوجية لإعادة النظر في :
 - التخطيط و البرمجة .
 - استراتيجية العمل و اختيار محتويات التعلم .
 - كيفية التعامل مع التلاميذ و وضعيات الإدماج .
 - التعامل مع المحيط و التحكم في الوسائل .
 - إدراج وسائل تعليمية أخرى تناسب مستوى التلاميذ و الإمكانيات المتاحة .

5- مسعى التقييم التكويني.

- تقييم مستمر و مساير لعملية التعلم .
- تسوية خطة العمل و تعامل التلميذ معها .
- معالجة سير عملية التعلم و تقويم الإستراتيجية العامة للتكوين .
- استنتاج مستمر لفترات التعلم .

التقييم التحصيلي

1- الهدف منه.

- تقدير نهائي لمرحلة التعلم .
- معرفة مدى التوصل إلى الكفاءة المستهدفة .
- يساعد على أخذ القرارات النهائية من الناحية :
 - إعطاء تقديرات نهائية حول التحصيل .
 - مدى احترام ما جاء في منهاج المادة .
 - التأكيد على نجاعة خطة العمل .
 - التوجيه نحو النشاطات اللاصفية .
 - التكامل المعلن عليه في المشروع البيداغوجي .

2- وسائل إنجازه.

- الكشف(المرجعية المستعملة في الحصة الأولى).
- المنافسة التقليدية (بنفس مقاييس المنافسة الأولى).

3- فترة إنجازه.

- يأتي في نهاية مرحلة التعلم (الوحدة التعليمية) .
- هناك تقييم تحصيلي يتم إحداثه في نهاية المراحل الوسطية كالحصة التعليمية ، الحالة التعليمية ، المهمة التي تفيد معالجة الموقف و مؤشر الإنجاز .

4- النتائج المنتظرة.

- إعلام التلاميذ و الأستاذ عن مدى التحكم في :
 - وسائل العمل .
 - ظروف العمل و شروط إنجازه ونجاحه .
 - تحقيق المكتسبات .
 - مدى تحقيق الكفاءة المستهدفة .

5- مسعى التقييم التحصيلي.

- مقارنة الانشغالات مع تحصيل التلاميذ .
- تقييم الاستراتيجية العامة للعمل .
- تحليل النتائج و مقارنتها عبر جميع المستويات .
- استعمال القياسات و التقديرات و الإدلاء بحكم نهائي (نقطة خاصة بالنتائج وأخرى بالتحصيل) .
- الإعلان على النتائج .

كيفية التنقيط (تقدير النتائج)

كثيرا ما تطرح إشكالية الفروقات الموجودة داخل الفوج الواحد ، عند تنقيط التلاميذ و سبل استخراج العلامة الموجب منحها لكل تلميذ ، والتي تناسب تحصيله و نتائج الفنية وتصرفاته المطابقة لكل نشاط بدني و رياضي. هذه الحتمية تضع الأستاذ أمام عجز، لإعطاء كل ذي حق حقه بكل موضوعية. وقد تعددت الأبحاث حوله ولإيجاد الاستراتيجية الكفيلة بمنح " علامة " تتماشى وواقع المادة وخصائصها. وفي إطار " المقاربة بالكفاءات " يتعين السهر على جانبين هامين لتقدير العلامة ، التي تكتسي أهمية لدى التلميذ ، ويتمثل هذا في :

- تقييم الجانب التحصيلي :

الذي يخص النتيجة الفنية المحققة بعد إنجاز مهارات تسلسلات رياضية . تمنح العلامة انطلاقا من سلم التنقيط المرفق . يقدر بثمانية (08) نقاط من عشرين (20) . كل علامة (نقطة) تعبر عن مجال من النتائج.

08

- تقييم الجانب التصرفي :

وهو الأهم ، بحيث يعبر على اهتمامات تدريس المادة وأبعادها التربوية في اكتساب الكفاءات المعبر عنها بسلوكات (قابلة للملاحظة والتقييم) التي تترجم كيفية تحقيق هذه الكفاءة . يقدر هذا الجانب على اثنتي عشرة (12) نقطة من عشرين (20) توزع على أربعة (04) مستويات . لكل مستو ثلاثة (03) نقاط ، يعبر عن سلوك مميز حسب الصعوبة التصاعدية، (منجزة من قبل الأستاذ).

12

كيفية استخراج العلامة
(النقطة)

العلامة التحصيلية .../08 + العلامة التصرفية .../12 = العلامة النهائية/20

1. الجانب التصرفي.

نموذج مرجعي: يساعد في إنجاز " بطاقة تقييمية خاصة بالجانب التصرفي " مفاده السلوكات المميزة للصفحة المعمول بها في تدريس المادة.
أ- الجانب النفسي - حركي.

المستوى	السلوكات المميزة
الأول	. استعمال حركات لا علاقة لها بالنشاط.
الثاني	. استعمال حركات قليلة خاصة بالنشاط لكنها غير منسجمة.
الثالث	. استعمال معظم الحركات الخاصة بالنشاط، بشكل منسجم نسبيا.
الرابع	. استعمال كل الحركات المناسبة للنشاط بصفة صحيحة و منسجمة.

ب- الجانب المعرفي.

المستوى	السلوكات المميزة
الأول	. مشاركة بعد تردد كبير (بعيد عن فهم مغزى الحركة أو الخطة أو اللعبة و القوانين).
الثاني	. عدم استثمار المكتسبات ، مشاركة عفوية دون إدراك النتيجة المنتظرة.
الثالث	. توظيف المكتسبات بطريقة سليمة و فهم قوانين النشاط.
الرابع	. معرفة جيدة لمداول الحركات و القوانين، الخاصة بالنشاط.

ت- الجانب الوجداني.

المستوى	السلوكات المميزة
الأول	. أنانية و ارتجال إلى حد عدم التحكم في الانفعالات التي تسبب الإخفاق (انعدام الرغبة).
الثاني	. الرغبة في العمل مع احتكار اللعب و الأدوار المسندة.
الثالث	. الرغبة في التعاون والتشجيع و عدم التخوف و الارتباك خلال المواجهة.
الرابع	. لعب أدوار نشيطة فرديا و لفائدة الجماعة و الرغبة في التضامن والتعاون.

بطاقة تقييمية مطابقة لهذه المعطيات تساعد الاستاذ في تحديد مؤشر كل مستوى تقييمي مطابقا للنشاط.

التلميذ:	القسم:	نوع النشاط:	التاريخ:
.....

المستوى	المؤشرات	القيمة	التحصيل
الأول		03	3 2 1
الثاني		06	6 5 4
الثالث		09	9 8 7
الرابع		12	12 11 10

12 /

العلامة النهائية المحصل عليها

ملاحظة: يجب اختيار مؤشر واحد من الأربعة مستويات و إعطائه إحدى العلامات الموالية له بعد وضع علامة (x) على أحد أرقام التحصيل المناسب لقيمة هذا المؤشر.

سلم التنقيط خاص بالنشاطات الفردية
(نشاطات ألعاب القوى)

2- الجانب التقديري.

1- ذكور.

الوثب الطويل	الوثب العالي		دفع الجلة			السباقات الطويلة			التناوب		السباقات السريعة			العلامة ↓
	13/12 سنة	15/14 سنة	12/13 سنة	5 كلغ	4 كلغ	3 كلغ	1200 متر	1000 متر	500 متر	80×4 متر	60×4 متر	80 متر	60 متر	
5.80	1.75	1.70	12.00	13.00	14.00	3 20	2 50	1 15	36"	28"	8"6	7"4	7"4	08
5.00	1.45	1.40	9.20	11.00	12.00	3 40	3 20	1 20	37"	29"	9"6	7"7	7"6	07
4.50	1.35	1.30	8.90	8.00	10.00	3 50	4 00	1 30	38"	30"	10"0	8"0	7"8	06
4.20	1.25	1.20	7.80	7.00	8.00	4 30	4 20	1 40	39"	32"	10"5	8"5	8"0	05
3.80	1.15	1.10	6.80	6.50	6.00	4 50	4 30	1 50	41"	34"	10"9	9"0	8"3	04
3.30	1.10	1.00	6.00	6.00	5.70	5 20	4 40	2 00	43"	36"	11"4	9"5	8"8	03
2.80	0.90	0.80	5.50	5.50	4.40	5 40	4 50	2 05	46"	39"	12"4	10"0	9"6	02
2.40	0.80	0.60	5.00	4.00	3.50	6 00	5 00	2 10	47"	43"	14"4	11"0	10"3	01

2- إناث.

الوثب العالي		دفع الجلة			السباقات الطويلة			التناوب		السباقات السريعة			العلامة ↓
15/14 سنة	13/12 سنة	3 كلغ	2 كلغ	1 كلغ	1200 متر	1000 متر	500 متر	80×4 متر	60×4 متر	80 متر	60 متر	50 متر	
1.50	1.40	12.00	13.00	14.00	3 40	3 00	1 20	40"	32"	9"0	8"0	7"6	08
1.40	1.30	9.00	9.50	12.00	4 00	4 00	1 30	41"5	33"	10"0	8"3	8"0	07
1.30	1.20	7.00	8.50	10.00	4 30	4 15	1 40	43"	35"	11"0	9"0	8"2	06
1.20	1.10	6.00	7.50	8.50	5 00	4 30	1 50	45"5	36"	11"3	9"3	9"0	05
1.10	1.00	5.50	6.00	7.50	5 30	4 35	2 00	46"5	37"	11"6	10"0	9"2	04
1.00	0.90	5.00	5.30	6.50	5 45	4 50	2 10	47"	40"	12"0	11"0	10"0	03
0.90	0.80	4.00	5.70	5.50	6 00	5 00	2 20	48"	43"	14"0	12"0	10"2	02
1.80	0.70	3.00	5.00	5.00	6 20	5 20	2 40	50"	45"	16"0	13"0	11"0	01

نموذج بناء وحدة تعليمية

(الدور)

هذه أمثلة مرجعية لوحدات تعليمية تسمح للأستاذ بالتعرف على كيفية إنجاز الوحدات (الأدوار)
المطابقة للمعطيات المقترحة في المنهاج و الدليل استنادا للمقاربة المعتمدة.

الكيفية المنتهجة :

- 1- العمل بما جاء من توصيات و ترتيبات في المشروع البيداغوجي. و اعتماد التخطيط و البرمجة المتفق عليها من طرف الفريق البيداغوجي.
 - 2- العمل بالتوجيهات التربوية (كونها المرجع الرسمي في تدريس المادة).
 - 3- العمل حسب الإمكانيات المادية المتوفرة في الميدان.
 - 4- العمل حسب محيط العمل و مستوى التلاميذ.
 - 5- العمل بمفهوم المربي و ليس كمدرّب رياضي.
 - 6- التركيز على الكفاءة القاعدية المستهدفة كمرجعية ميدانية أساسية.
 - 7- الاستعانة بمؤشرات الكفاءة القاعدية المقترحة في المنهاج ، يمكن اختيار مؤشرات إضافية شريطة أن تناسب هذه الكفاءة بعد إجراء عملية التقييم التشخيصي .
 - 8- استخراج مؤشرات (من المؤشرات المقترحة في المنهاج) تناسب الظرف الذي يحدده الأستاذ .
 - 9- الحفاظ على التجانس بين الكفاءات من حيث سلسلة اشتقاقها (أرجع للمنهاج).
 - 10- العمل بالترتيبات التالية عند إنجاز الوحدة التعليمية :
 - تحديد مستوى المتعلم (المستوى الدراسي).
 - تحديد النشاط (وسيلة العمل) البرمجة.
 - تحديد زمن الإنجاز (الفترة و عدد الساعات) أرجع للمنهاج.
 - تحديد المجال (مع تبيان الكفاءة المرحلية المستهدفة) أرجع للمنهاج.
 - تحديد الكفاءة القاعدية المستهدفة أرجع للمنهاج.
 - تحديد مؤشرات (بين 03 إلى 09) و ترتيبها في الزمان بعد استخلاص نتائج التقييم التشخيصي.
 - تحديد ظروف الإنجاز الوسائل.
 - تحديد مؤشرات النجاح كونها المقياس الضروري لتحقيق المؤشرات .
 - صياغة الأهداف التعليمية المطابقة لهذه المعطيات.
 - 11 - الاستناد إلى المعالجة التعليمية الخاصة بالمادة و ضمان مبدأ التكامل بين المواد.
 - 12- الاستناد إلى المعالجة التعليمية الخاصة بالنشاطات البدنية و الرياضية.
- الحفاظ على منطق خصوصيات النشاط و ما يمكن أن يقدمه من تنوع في الوضعيات التعليمية م جهة كما يجب التحسب لأي طارئ (أثناء الإنجاز) من جهة أخرى ، (فترة الفروض و الامتحانات الفصلية المشتركة) حتى لا يؤثر سلبا على البرمجة.

الجري السريع

أمثلة

نماذج لوحات تعليمية.

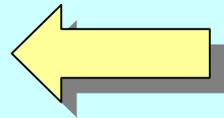
المستوى الدراسي	المجال التعليمي	النشاط	مكان العمل	الحجم الساعي
الأولى متوسط (1 م)	الأول	الجري السريع	ساحة المؤسسة	تسعة (09) ساعات
الكفاءة المرحلية المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحركي أمام الغير.				
الكفاءة القاعدية إبداع سلوكيات حركية و تمييزها مهما كان الميدان و المجال.				
الرقم	المؤشرات	الأهداف التعليمية	التصرفات المميّزة	
01	- إدراك الفرق بين السرعة و التسرع	- أن يتنقل بين حدين في أقل وقت ممكن.	- (ظ/ا): معرفة إمكانيات السرعة عن طريق ألعاب تنافسية يقاس فيها الوقت و المسافة. إنجاز بطاقة الملاحظات و قراءتها. - (م/ن): القيام بأدوار تنشيط الفوج و السعي وراء التنافس و محاولة ترجمة ملاحظة السلوكيات.	
02	- التحكم في الجسم أثناء التنقل السريع.	- أن يتنقل بسرعة و راء محفز في وضعيات مختلفة محافظا على التوازن.	- (ظ/ا): تنمية سرعة الانفعال (رد الفعل) ألعاب المتابعة و التتابع. - (م/ن): التمييز بين السرعة و التباطؤ و كيفية بذل أقصى جهد.	
03	- القدرة على أخذ القرار في بدء و إنهاء العمل بمفرده و بالنسبة للآخرين.	- أن ينطلق استجابة لمؤثر بإستعمال قوة الدفع من وضعية منخفضة للجسم.	- (ظ/ا): وضعيات الانطلاق و كيفية الوصول في حالات التنافس على مسافات قصيرة. - (م/ن): الانطلاق من وضعية منخفضة ، و الاستقامة تدريجيا مع الدفع إلى الأمام.	
04	- قدرة الاستجابة لمنبه أو مؤثر و الرد السريع .	- أن يتعامل مع المؤثرات ويتحدا بالمواجهة على مسافات متزايدة.	- (ظ/ا): التركيز و الانتباه لمختلف المنبهات (بصري، لمسي، لفظي) الاعتماد على الدفع و الارتكاز - (م/ن): إعطاء إشارة إنطلاق . معرفة متى يكون وقت الانطلاق.	
05	- قدرة الزيادة في الجهد لمدة و لمسافة و تحدي المواجهة النشيطة.	- أن يستعمل الأصقاع المناسب للمسافة حفاظا على التوازن الفيزيولوجي.	- (ظ/ا): ترتيب السرعة بالنسبة للمسافة و الوقت و المواجهة. - (م/ن): الإرادة في العمل. مراقبة عمل القلب تقبل النجاح و الإخفاق.	
06	- استعمال وضعية مريحة للجسم أثناء التنقل.	- أن يتنقل في خط مستقيم مع الزيادة في السرعة و الحفاظ على التوازن.	- (ظ/ا): الحفاظ على استقامة الجسم. وعلى محور الجري و سعة الحركات. - (م/ن): إدراك أن أقصر مسافة هي الأقرب.	
07	- التحكم في الإيقاع و الوتيرة السريعة	- أن يحافظ على حركات الجسم المساعدة للسرعة.	- (ظ/ا): تنظيم الخطوات و السعة المناسبة لسرعة التنقل و الإنهاء . - (م/ن): تقدير الوقت المناسب للسرعة.	
08	- توازن الارتكازات و الاقتصاد في الجهد.	- أن يحافظ على التنسيق بين الحركات خلال الجري في ظروف تماثل المنافسة.	- (ظ/ا): تنسيق حركي / تنفسي تنمية السرعة بالنسبة لوقت محدد و مسافة محددة. تنظيم منافسة. - (م/ن): تحضير مكان العمل. إدراك العناصر الهامة للملاحظات أثناء المنافسة.	
09	- تنظيم المجهودات و ترتيب الحركات في مساحة العمل و كيفية استغلال مبادئ التنافس.	- أن يلعب أدوار التنشيط و يكشف على قدراته أمام الغير.	- (ظ/ا): من هو الأسرع ؟ ألعاب تنافسية لتحدي الوقت . الملاحظة و التقييم. - (م/ن): إدراك مفهوم الرقم القياسي. القيام بأدوار التنظيم و التسيير و قراءة الملاحظات.	
<p>- هذا مثال لوحدة تعليمية من 09 مؤشرات بحيث كل مؤشر يناسب هدفا تعليميا.</p> <p>- (ظ/ا) = ظروف الإنجاز (م/ن) = مؤشر النجاح</p>				

نشاط الكرة الطائرة

المستوى الدراسي	المجال التعليمي	النشاط	مكان العمل	الحجم الساعي
السنة الأولى متوسط	الأول	الكرة الطائرة	ساحة المؤسسة	تسعة (09) ساعات
المشاركة النشيطة ضمن الفوج ، و قدرة التعبير الحركي الذاتي أمام الآخرين.				
الكفاءة القاعدية				
لعب أدوار نشيطة و القيام بمهام لإبراز وجوده ضمن الجماعة.				
الرقم	المؤشرات	الأهداف التعليمية	التصرفات المميزة للنشاط.	
01		- أن يتمكن من تنظيم و تحدي المخاطرة خلال منافسة.	- منافسة كشف المستوى التصرفي و التحصيلي و توزيع الأدوار. - إدراك أدوار التنظيم و التسيير.	
02	- الرغبة في تقاسم الأدوار و اللعب مع الآخرين، و قبول الانضمام إلى فوج عمل و تبادل الثقة مع أعضائه.	- لعب أدوار في حدود العمل المشترك و إبراز وجوده.	- ألعاب شبيه رياضية تنمي الإحساس بطبيعة النشاط و ترتيباته التنظيمية. - عدم التخوف من استقبال الكرة. - وضعية منخفضة (تحت الكرة).	
03		- تنظيم تصرفاته بالنسبة للمحيط مع التأثير الإجابة.	- مهارات تنمي روح التعاون و التضامن (اشكال التمرير). - نبذ الأنانية خلال المشاركة.	
04		- تنظيم عمل مشترك في حالات تقتضي المواجهة.	- إدراك أوجه العمل المشترك كعدم إسقاط الكرة في منطقة بل في منطقة المواجهة. - التوجيه نحو الزميل و محاولة خلق الإثارة خلال العمل.	
05	- اختيار زميل العمل و التعاون معه. لضمان المشاركة الإيجابية و تقدير المؤثرات الخارجية من وسائل و مواجهة.....	- تنظيم العمل في محيط مميز و تجاوز التحديات.	- الانتشار فوق الميدان ، إدراك المساحة المحمية و الحفاظ عليها و التمكن من تحضير مكان العمل - عدم التكتل حول الكرة أو مستقبلها.	
06		- تنظيم العمل حسب الظروف و الوسائل المؤثرة	- ترويض المناولة و الاستقبال في حالات لعب بسيطة. - التنقل التوجيه نحو الكرة.	
07		- ترتيب الأفعال طبقا لقواعد مضبوطة و احترامها	- التمريرات الثلاثة ، الإرسال ، تدارك أهمية التحكيم و علاقته بالنشاط. - التنظيم فوق الميدان و توظيف المكتسبات الفنية و المعرفية ببساطتها.	
08	- فهم القوانين و علاقتها بالنشاط و العمل بتقليد الأدوار الإيجابية. و محاولة ضمان مواصلة العمل الفردي و الجماعي و القدرة في تنظيم منافسة.	- تنظيم العلاقات الإيجابية بين الأفراد في حدود النفوذ. و المساهمة الفعالة.	- الهجوم و الدفاع / الإرسال و العلاقة بين اللاعبين. - إدراك المناطق و تحقيق النظام الدوري خلال مراحل اللعب.	
09		- إبراز قدرات التنظيم و التسيير لإنتاج نهائي مشترك .	- التفكير في اللعب الجماعي / تنظيم و تسيير التنافس / استغلال الملاحظات و التقييم. - التنظيم الذاتي للعمل.	

- هذا مثال لوحدة تعليمية ، في نشاط جماعي .

تحتوي على 03 مؤشرات ، لكل مؤشر 03 أهداف تعليمية ترتب حسب الأولويات .



النشاط الجمبازي

المستوى الدراسي	المجال	النشاط	مكان العمل	الحجم الساعي
الأولى متوسط	الأول	الجمباز الأرضي	قاعة بالمؤسسة	تسعة (09) ساعات
الكفاءة المرحلية				
المشاركة النشيطة ضمن الفوج و قدرة التعبير الحركي أمام الغير.				
الكفاءة القاعدية				
إبداع سلوكات حركية و تمييزها مهما كان الميدان و المجال.				
الرقم	المؤشرات	الأهداف التعليمية	التصرفات المميزة للنشاط	
01	- إدراك النشاط الجسمي و توظيفه في حالات غير عادية دون تردد.	- إنجاز وضعيات غير عادية دون فقدان التوازن في محيط غير مألوف.	- (ظ/أ): اكتشاف مختلف الاحساسات لوضعية الجسم من الثبات و أثناء التنقل. - (م/أ): أداء حركات غير طبيعية أمام الغير.	
02	- التعبير الجسدي و أخذ الوضعيات المريحة أثناء العمل.	- تحويل الوضعيات العادية إلى غير عادية مدركا العناصر الجسمية المتدخلة.	- (ظ/أ): الإرتكازات ، التوازنات ، التنقلات ، و الإقترايات. - (م/أ): استقامة الجسم و ضبط الحوض.	
03	- استعمال متزن للحركات و التحكم في الإرتكازات ، و عدم التردد أثناء تحويل حركة الجسم في الفضاء عموديا أو أفقيا.	- التحول من وضعية مستقيمة إلى وضعية منخفضة في مجال محدود.	- (ظ/أ): الدوران ، اللف ، الامتداد من الثبات و أثناء التنقل. - (م/أ): تنسيق حركي متزن (الانتقال من وضعية إلى وضعية أخرى).	
04	- قدرة تحويل الحركات و الوضعيات الطبيعية إلى وضعيات معبرة في تسلسل حركي بسيط.	- أن ينتقل بدون سقوط على مسارات مختلفة الأشكال بدون تردد.	- (ظ/أ): الإرتقاءات ، الدرجات و المرجحات الانسجام مع وسائل العمل و التحكم فيها. - (م/أ): مراقبة الجسم أثناء التنقل و التحكم في الوضعيات البسيطة.	
05	- استقامة الجسم و التنسيق بين الأطراف عند التنقل بتحويل الجسم من وضعية لوضعية أخرى موالية لها.	- الثبات في وضعيات غير مألوفة وفي موقف يستدعي ذلك.	- (ظ/أ): القفز و الإقتراب مع دوران عمودي و تكور الجسم و مختلف التوازنات. - (م/أ): مراقبة و تصحيح الزميل.	
06	- إنتاج أشكال حركية معبرة ، انطلاقا من المكتسبات في حدود مميزة	- تحويل الحركات في محيط محدود مع الحفاظ على التوازن و الانسجام.	- (ظ/أ): الربط بين العناصر الجمبازية في تسلسل بسيط (اقتراب/ ارتقاء/ تكور/ استقامة/ توازن/ ارتقاء). - (م/أ): التنسيق بين عناصر التسلسل و تجنب الحركات الطفيلية.	
07	- تنظيم الحركات في محيط مميز و قدرة العمل و المواجهة التحفيزية.	- التنقل في فضاء مميز باستخدام مختلف الدعام.	- (ظ/أ): تصنيف الحركات الجمبازية و تنبؤها في ورشات . - (م/أ): كيفية وضع الرأس و الأيدي و العمل في المحور.	
08	- تقدير أهمية الحركات المنجزة و عدم التردد في التعبير عنها.	- إنتاج أشكال حركية معبرة ، انطلاقا من المكتسبات في حدود مميزة	- (ظ/أ): الربط التلقائي بين عناصر التسلسل المكون من وضعيات شبه معقدة نسبيا. - (م/أ): الحرس على سعة و صحة الحركة .	
09	- تقدير أهمية الحركات المنجزة و عدم التردد في التعبير عنها.	- تقدير أهمية الحركات المنجزة و عدم التردد في التعبير عنها.	- (ظ/أ): التظاهر بصفة الجمبازي عملا و تقديرا. - (م/أ): تقييم و تقدير الحركات و التسلسلات.	
- مثال ثالث و هو اختيار مجموعة من مؤشرات بحيث كل مؤشر يناسب هدفا تعليميا أو مجموعة من الأهداف التعليمية (ترتب حسب الأولويات).				
يمكن مزج " التعبير الجسمي " مع الإيقاع الموسيقي ، خدمة للتذوق و الجمال الحركي				

نموذج إنجاز حصة تعليمية

الشروط الأساسية لإنجاز حصة تعليمية :

- 1- تكون مشتقة من الوحدة التعليمية الموائية للنشاط المبرمج.
- 2- تستجيب لهدف تعليمي ينجزه الأستاذ بعد عملية التشخيص.
- 3- تستجيب لتخطيط الأستاذ و منهجيته في العمل (البطاقة المنهجية).
- 4- تكتسي الطابع الإدماجي (تكون متجانسة مع الهدف التعليمي و مؤشر الكفاءة القاعدية).
- 5- تستدعي سلوكات التلاميذ الخاضعة للملاحظة و التقييم .
- 6- تستدعي تصرفات تربوية من طرف الأستاذ .
- 7- تستدعي استعمال وسائل عمل حسب الإمكانيات المتاحة تناسب طبيعة التعلم .
- 8- تستدعي الملاحظة المباشرة كمقياس لعملية التقييم التكويني و استدراك النقص .
- 9- تستدعي الإنجاز الفعلي فوق الميدان دون تأويل لأي نتيجة منتظرة.
- 10- تستجيب لرغبة التلميذ في التعلم .
- 11- تستجيب لظروف الإنجاز المطابقة لحقيقة الميدان و خصائص النشاط و مؤشرات الكفاءة المنتظرة .
- 12- تستجيب لمؤشرات (شروط) النجاح المطابقة للسلوكات المنتظرة خلال الإنجاز .
- 13- تستدعي المزيج بين المهارات الفنية الرياضية الخاصة بالنشاط (الوسيلة الرياضية) و السلوكات المراد تحقيقها في إطار تنمية الكفاءة المنتظرة ، عملا بمؤشرها و هدفها التعليمي.
- 14- تستدعي اختيار حالات تعليمية تناسب الفعل السلوكي المترقب من التلميذ في تأدية مهمة معينة .
- 15- تستدعي ترتيب العمل في الزمان و المكان استجابة للتطور المهاري و السلوكي للتلميذ .
- 16- تستدعي ترتيب عمل التلميذ و جهده طبقا لمقاييس العمل / راحة / استرجاع .
- 17- تستدعي العمل النشط و الحيوي و المشاركة الفعلية للتلميذ (الطريقة الحية و وضعيات الإشكال) .
- 18- تستدعي التنوع في الحالات التعليمية و المبادرة التلقائية للتلميذ و الأستاذ أثناء العمل المشترك .
- 19- تستجيب لرغبة التكامل و خدمة المواد التعليمية الأخرى ، تساعد على التطلع و الاكتشاف و التجربة .

مثال لوحة تعليمية:

المستوى	النشاط	مدة الإنجاز	مكان الإنجاز
السنة أولى متوسط	الكرة الطائرة	ساعة واحدة	ساحة المؤسسة
وسائل العمل الضرورية	ميدان مسطح . 04 كور . 04 حبال . أقماع .		
الكفاءة القاعدية	لعب أدوار نشيطة و القيام بمهام لإبراز وجوده ضمن الجماعة.		
الهدف التعليمي. رقم:02...	لعب أدوار في حدود العمل المشترك و إبراز وجوده فيه.		
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	<p><u>الحالة التعليمية رقم : 01</u></p> <p>- 4 أفواج عمل، كل في منطقته، ترويض الكرة بالأيدي تحت إشراف قائد الفوج</p> <p>- التحكيم بتبادل الأدوار بين الأعضاء ،</p> <p>- تنافس بين عناصر الفريق ثم بين الفرق بعد اختيار مشترك :من ننافس؟</p>	<p>القيام بأي مبادرة وسط الفوج .</p> <p>التركيز على استعمال الأيدي فقط .</p> <p>عدم التخوف في استقبال الكرة .</p> <p>النظر من تحت الكرة عند استقبالها .</p> <p>اقتراح تمارين تسخينية من طرف التلاميذ .</p>	<p>. العمل لمدة 04 د</p> <p>في كل ورشة و04د بين الورشات .</p> <p>استعمال الأيدي و تدارك العمل الجماعي .</p>
	<p><u>الحالة التعليمية رقم: 02</u></p> <p>لعبة التميررات العشرة. في كل ورشة لآعب في الوسط ثم (2)،(3)،(4) بدون استعمال حاجز الشبكة (الحبل) ممدود بين تلميذين بالتداول.</p> <p><u>الحالة التعليمية رقم:03</u></p> <p>نفس العمل مع استعمال الحاجز (الحبل) في ارتفاع من اختيار التلاميذ .(9)،(6) ثم(3) تمريررات مع محاولة إسقاطها في الجهة المقابلة و منع سقوطها في منطقته.</p> <p><u>الحالة التعليمية رقم:04</u></p> <p>نفس العمل لكن بين الورشات و بنفس التعداد التنازلي (العمل في نصف الملعب الرسمي) .</p> <p><u>الحالة التعليمية رقم:05</u></p> <p>فريقيواحه فريق في الملعب الرسمي ارتفاع الشبكة من اختيار التلاميذ أنفسهم .</p> <p>استعمال (3) تمريررات بالنسبة للفريق الذي يحاول إسقاطها في المنطقة المقابلة ، يتفادي إسقاطها في منطقته /استعمال نظام الدورات .</p>	<p>. تقبل الانضمام لفوج عمل .</p> <p>. إدارة العمل من طرف قائد الفوج .</p> <p>. الحساب من طرف التلاميذ .</p> <p>. تدارك الوضعية المنخفضة .</p> <p>. محاولة دفع الكرة و ليس ضربها بعنف مع محاولة توجيهها للزميل المناسب .</p> <p>. اكتشاف علاقة التسيير الذاتي .</p> <p>. تشاور بين أعضاء الفوج .</p> <p>. الإحساس بالوضعية الأساسية والعلاقات بين الزملاء</p> <p>. تقاسم المسؤوليات في التسيير و التنظيم بأكثر فاعلية و الشعور بروح التنافس و أهمية الأدوار المسندة كالتحكيم مثلا</p>	<p>. 05 د عمل .</p> <p>احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم .</p> <p>04 ورشات عمل .</p> <p>. 05 د عمل .</p> <p>. الانخفاض تحت الكرة و عدم التردد في مواجهتها .</p> <p>. 05 د عمل .</p> <p>استعمال وسائل التحفيز كالتنافس .</p> <p>. 10 د عمل .</p> <p>. إدراك معنى المواجهة والتعاون من أجل مسعى مشترك .</p>
المرحلة الإنجازين	<p><u>الحالة التعليمية رقم:06</u></p> <p>مناقشة و تقييم على مستوى كل فوج تحت إدارة قائد الفوج .</p> <p>مناقشة جماعية بين التلاميذ و الأستاذ .</p>	<p>. المخاطبة بدون عقدة .</p> <p>أمام الزملاء .</p> <p>. تقييم ذاتي .</p>	<p>. 05 د عمل .</p> <p>. إدراك أهمية دفتر الملاحظات و التقييم الذاتي .</p>
المرحلة التقييمية			

إستعمال الوسائل

1- البرمجة:

- يجب برمجة النشاطات البدنية و الرياضية المطابقة للإمكانيات المتوفرة في المؤسسة ، حتى يتسنى تحقيق الفعل التربوي بكل واقعية ، كما يجب السهر على :
 - صيانة و نظافة الوسائل و المنشآت الرياضية.
 - التخزين.
 - جرد الوسائل على مستوى الإدارة و الاحتفاظ بنسخة منها على مستوى مكتب أساتذة المادة كونه (المكتب) من الضروريات التي تعطى لها الأولوية بالمؤسسة.
 - تفادي الإلتلاف.
 - الاقتناء باستعمال الإعانات و المساعدات (البلدية و أولياء التلاميذ إلخ...) .
 - مبادرات أخرى للاستفادة من إعانات بالوسائل الضرورية للعمل.

2- الشروط الضرورية للعمل :

- أ- مساحات صالحة للممارسة ، مستوية توفر شروط الأمن و النظافة ، تتمثل عادة في ساحة المؤسسة التي لا يمكن منع الممارسة فيها . كما يمكن استعمال مساحات جوارية مجهزة بهياكل و منشآت مناسبة للنشاط الرياضي.
- ب- قاعات رياضية داخل المؤسسة.
- ت- يمكن تحويل قاعات دراسة غير مستعملة ، إلى قاعات للجيمباز أو نشاطات مناسبة.
- ج- ملاعب ، قاعات ، مسابح مجاورة ، بلدية أو أولمبية تستعمل طبقا لنصوص والقرارات المشتركة بين وزارتي التربية الوطنية و الشبيبة و الرياضة.
- ح- الفضاءات المجاورة المحمية و المؤمنة من جبال ، شواطئ ، أنهار ، وديان ، غابات ، رمال يمكن استعمالها في إطار النشاطات الخاصة ، تدرج في المشروع البيداغوجي للمؤسسة ، حيث تتطلب الموافقة من طرف الإدارة و أولياء التلاميذ مع وجوب الابتعاد عن التكتلات السكانية وأي خطر يمنع السير الحسن للممارسة.

3- الوسائل البيداغوجية:

- مختلف الوسائل التي يمكن استعمالها خلال النشاط (كور ، حبال ، حلقات ، أقماع ، أجهزة مختصة ، إلخ). ففي هذا الإطار يمكن الاستفادة من الإنجازات (المنتوج) المحققة في مادتي التكنولوجيا و التربية الفنية ، إضافة إلى إستثمار ورشة التجهيز و الصيانة التابعة للمؤسسة.
- استعمال الغلاف المالي الخاص بشراء الوسائل الرياضية في بداية كل موسم.

*الوثائق البيداغوجية:

- عملا بما جاء في التوصيات من توجيهات تربوية فإن أساتذة مادة التربية البدنية و الرياضية مطالبون بإنجاز الوثائق الخاصة بالتحضير النظري بالكيفية التالية:
- الوثيقة الخاصة **بالوحدة التعليمية** (كما جاء في الدليل).
- الوثيقة الخاصة **بالحصة التعليمية** (كما جاء في الدليل).
- **المخطط السنوي** الذي يكون على الشكل التالي :

النشاط الجماعي	النشاط الفردي	الوحدات التعليمية	الشهر	المجال التعليمي
اتصال و تنظيم نشاطات تحضيرية الهدف التعليمي 1	اتصال و تنظيم نشاطات تحضيرية الهدف التعليمي 1	01	سبتمبر	الأول
	2	02		
	3	03	أكتوبر	
	4	04		
	5	05		
	6	06	نوفمبر	
	7	07		
	8	08		
	9	09		
اختبارات	اختبارات	10	ديسمبر	
		11		
الهدف التعليمي 1	الهدف التعليمي 1	01	جانفي	الثاني
		02		
		03	فيفري	
		04		
		05		
		06	مارس	
		07		
		08		
		09		
اختبارات	اختبارات	9		
الهدف التعليمي 1	الهدف التعليمي 1	01	أفريل	الثالث
		02		
		03	ماي	
		04		
		05		
		06	جوان	
		07		
		08		
		09		
اختبارات	اختبارات	9		

- محتوى دفتر النصوص.

الإمضاء	محتوى التعلم المنجز	الساعة	التاريخ
		من-إلى- النشاط الأول:	
		من-إلى- النشاط الثاني:	

- الكراس اليومي:

التاريخ	القسم	الساعة	النشاط	محتوى التعلم المقرر	الملاحظات

- البطاقة المنهجية للأستاذ (وثيقة توجيهية استثنائية):

المرجع الرسمي	مستوى التعلم	النشاط
مدة الإنجاز	فترة الإنجاز	عدد الوحدات التعليمية
الكفاءة المرئية		
الكفاءة القاعدية		
عناصر الإنجاز	تساؤل حول التوصل إلى توظيف عناصر الإنجاز	
وسائل الإنجاز		
شروط الإنجاز		
طريقة الإنجاز		
توزيع المهام		
خلال مراحل التعلم		
كيفية التسيير		
كيفية استعمال		
المحفزات		
كيفية توظيف		
المكتسبات		

اختيار العناصر التي يراد ملاحظتها بالرجوع إلى ما جاء في ملف التقييم التربوي.

بطاقة الملاحظات:

مصطلحات

ABOUTISSEMENT	بلوغ	CRITERE de réalisation	معيار الإنجاز
ACTION	حركة	CAPACITE	قدرة
ACTIVITE	نشاط	CAPACITE de perception	قدرة الإدراك
ACTIVEMENT	بسرعة	CAPACITE d 'exécution	قدرة التنفيذ
ADAPTATION	تكيف	CYCLE	دور
ADRESSE	دقة	CONDITIONS de réalisation	ظروف الإنجاز
ADROIT	ماهر	CONSTAT	معاينة
AFFECTIF	عاطفي	CURRICULUM	منهاج
AFFECTIVITE	وجداني	CONCEPTEUR	مخطط
AFFRONTEMENT	مواجهة أو مواجهة	COMPREHENSION	فهم
AGISSEMENT	التصرف	COHERENCE	تجانس
AGITATION	تحريض	CARACTERE	مزاج
AGILITE	رشاقة أو خفة	CONTRAT didactique	عقد تعليماتي
ALTERNATIVE	تناوب	CONTENU d'apprentissage	محتوى تعلمي
AMPLITUDE	سعة	CHOIX	اختيار
ANALYSE	تحليل	CONNAISSANCE	معرفة
ANALYTIQUE	تحليلي	CONFIGURER une compétence	تصميم كفاءة
APPROCHE	مقاربة	COMPLEMENTARITE	تكامل
APPROCHE par compétence	مقاربة بالكفاءة	CARACTERISTIQUES	خصائص
APTITUDE	استعداد	CAPACITE de communiquer	قدرة الاتصال
APPRENTISSAGE	تعلم	CREER des liens	تواصل
APPRENTISSAGE moteur	تعلم حركي	COOPERATION	تعاون
ASSOUPPLISSEMENT	تليين أو مرونة	CONCERTATION	تشاور
ACQUIS	مكتسبات	CHARGE	استيعاب
ACTIVITES de plein air	نشاطات في الهواء لطلق	COMPORTEMENT	سلوك
ACTIVITES périscolaires	نشاطات لاصفية	DOSAGE	حمولة
ATTRACTIF	جذاب	DOMAINE cognitif	مجال معرفي
AUTO-CORRECTEUR	مصصح ذاتي	DOMAINE affectif	مجال وجداني
AXE	محور	DOMAINE psychomoteur	مجال نفسي / حركي

AGRESSIVITE	عدوانية	DOMAINE socio-affectif	مجال نفسي/اجتماعي
ANIMATEUR	منشط	DIDACTIQUE de la matière	تعليمية المادة
COMPETENCE	كفاءة	DEMULTIPLICATION	اشتقاق
COMPETENCE terminale	كفاءة ختامية	DEMONSTRATION	إيضاح
COMPETENCE intégrée	كفاءة مدمجة	DEPOUILLEMENT	فرز
COMPETENCE intermédiaire	كفاءة مرحلية	EVALUATION	تقييم
COMPETENCE de base	كفاءة قاعدية	ECHANTILLON	عينة
COMPETENCE disciplinaire	كفاءة مادوية	ENVIRONNEMENT	محيط
COMPETENCE transversale	كفاءة عرضية	EDUCATION à la consommation	تربية استهلاكية
EDUCATION à l'environnement	تربية بيئية	MATIERE del'éducation expérimentale	مادة تربوية تجريبية
EDUCATION au développement	تربية تنموية	MATIERE de l'éducation esthétique	مادة التربية الجمالية
EDUCATION à l'information	تربية إعلامية	METHODE analytique	طريقة تحليلية
EDUCATION à la santé	تربية صحية	METHODE active	طريقة نشيطة
EDUCATION préventive	تربية وقائية	METHODE participative	طريقة اشراكية
ECHANTILLON	عينة	METHODE coopérative	طريقة تعاونية
ELAN	اندفاع	METHODE	طريقة
ENSEIGNEMENT	تعليم	METHODE traditionnelle	طريقة تقليدية
ENERGIE	طاقة	MOYEN éducatif	وسيلة تربوية
ENTRE -AIDE	مساعدة	MODELE	نموذج
EVALUATION	تقييم أو تقويم	MISE en œuvre	توظيف
FACILITATEUR	مسهل	OBSERVATEUR	ملاحظ
FICHE méthodologique	بطاقة منهجية	OBJECTIF d'apprentissage	هدف تعليمي
FORMATION globale	تكوين شامل	PARTIE intériorisée	جزء كامن
FORMULATION des objectifs	صياغة الأهداف	PARTIE opérationnelle	جزء إجرائي
FORMULATION des compétences	صياغة الكفاءات	PEDAGOGIE différenciée	بيداغوجية الفوارق
FINALITE	غاية	PRATIQUE utile	تطبيق نفعي
GROUPE de travail	فوج عمل	PRE-REQUIS	مكتسب قبلي
HABILETE	مهارة	PRINCIPE de complémentarité	مبدأ التكامل

HABILETE mentale	مهارة ذهنية	PROFIL d'entrée	ملح الدخول
HABILETE motrice	مهارة حركية	PROFIL de sortie	ملح الخروج
HABILETE sociale	مهارة اجتماعية	PORTEE éducative	بعد تربوي
INSTRUCTION	تلقين	PROJET pédagogique	مشروع بيداغوجي
INDEPENDANCE	استقلالية	PROJET éducatif	مشروع تربوي
INTENSITE	شدة	PARTICIPATION volontaire	مشاركة طوعيه
INDICE	علامة	PROBLEMATIQUE	إشكالية
INTER-ACTIVE	تفاعلي	PERFORMANCE sportive	نتيجة رياضية
INDICATEUR de réussite	مؤشر النجاح	PREFACE	مدخل
INDICATEUR de compétence	مؤشر الكفاءة	QUALITE innée	صفة فطرية
JEUX de découverte	ألعاب الاكتشاف	REPÈRE	معلم
JEUX de maintien	ألعاب التحكم	RELAIS	تناوب
JEUX récréatifs	ألعاب الترويح	REACTION	استجابة
LOGIQUE d'apprentissage	منطق التعلم	RELAXATION	استرخاء
LOGIQUE d'enseignement	منطق التعليم	REMEDIATION	معالجة
MEMORISATION	تخزين المعلومات	REGULATION	تقويم
MEDIATEUR	وسيط	SOUTIEN pédagogique	دعم بيداغوجي
METHODOLOGIQUE	منهاجي	SPORT de contact	رياضة تلاحمية
MOUVEMENT habituel	حركة معتادة	SAVOIR	معرفة
SAVOIR faire	معرفة مهارية	TACTIQUE	خطة
SAVOIR être	معرفة سلوكية	TRAITEMENT didactique	معالجة تعليمية
SOUTIEN pédagogique	دعم بيداغوجي	TAXONOMIE	صناعة
SITUATION d'apprentissage	وضعية تعلم	TACHE	مهمة
SYSTEME	نظام	UNITE d'apprentissage	وحدة تعلمية
SITUATION complexe	حالة معقدة	UNITE d'enseignement	وحدة تعليمية
STIMULATION	تحفيز	VALORISATION	تثمين
SITUATION d'intégration	وضعية إدماج	VERBE d'action	فعل حركي
SITUATION problème	وضعية إشكالية		

الفهرس

المقدمة

المدخل

- * أهداف مادة التربية البدنية و الرياضية في ظل المقاربة بالكفاءات.....
- 1- نشاطات تحدي المواجهة.....
- 2- نشاطات الهواء الطلق.....
- 3- نشاطات التحكم في الجسم و المحيط.....
- 4- النشاطات التكميلية.....
- 5- النشاطات اللاصفية.....

المقاربة بالكفاءات

- * منطق التدريس بالكفاءات.....
- 1- مفهوم الكفاءة.....
- 2- معنى المقاربة بالكفاءات.....
- 3- مبادئ المقاربة.....
- 4- مبدأ التكامل.....
- * ما هي السلوكات المنتظرة من الأبعاد التربوية.....
- 1- التربية الاستهلاكية.....
- 2- تنمية الاتصال.....
- 3- التربية التنموية.....
- 4- التربية البيئية.....
- 5- التربية الصحية ، الوقائية و الحياة.....
- 6- التربية الأمنية.....
- * تصميم الكفاءات في إطار التكامل مع المواد.....
- 1- التكامل مع اللغات.....
- 2- التكامل مع مواد العلوم الإنسانية و الحياة.....
- 3- التكامل مع مواد التربية التجريبية.....
- 4- التكامل مع مواد التربية الجمالية.....
- 5- مساهمة المادة في تحقيق ملمح التلميذ.....

تناول المنهاج و تطبيقه

- * المسعى المنتهج (اشتقاق الكفاءة).....
- * عناصر إكساب الكفاءة خلال عملية الإنجاز.....
- 1- مؤشرات الكفاءة.....
- 2- الأهداف التعليمية.....
- 3- الوحدة التعليمية.....

4- الحصص التعليمية.....

5- معايير التنفيذ.....

- ظروف الإنجاز.....

- مؤشرات النجاح.....

إستراتيجية تعليم / تعلم.....

1- الحالات التعليمية.....

2- الألعاب.....

* الطرائق المعتمدة. (مقارنة بين الطريقة التقليدية والطريقة النشيطة).....

1- الطريقة التقليدية.....

2- الطريقة النشيطة.....

3- مميزات الحالة المعقدة (وضعية الإشكال).....

4- كيفية حل المشكل.....

5- كيفية تكوين الأفواج.....

التوجيهات التربوية.....

أ- التوجيهات الخاصة بالسنة الأولى و الثانية متوسط.....

ب- التوجيهات الخاصة بالسنة الثالثة و الرابعة متوسط.....

تعليمية المادة.....

• الأبعاد التربوية للنشاطات الجماعية.....

• الأبعاد التربوية للنشاطات الفردية.....

* ما هي النشاطات التي يمكن تكييفها في الميدان.....

1- الجولات الرياضية.....

2- سباق التوجيه.....

3- النشاطات التقليدية.....

4- النشاطات الخاصة.....

* المعالجة التعليمية.....

1- الخطة المنتهجة.....

2- الشروط الضرورية للمعالجة.....

3- لماذا المعالجة.....

* معالجة تعليمية خاصة بالنشاطات الجماعية.....

1- أهدافها التربوية.....

2- خصائص النشاطات و مميزات الرياضية.....

3- طبيعة عناصر الإنجاز.....

4- المؤشرات الأساسية للنشاطات الجماعية.....

5- كيفية حل المشاكل المطروحة (السلوكات المنتظرة).....

6- نشاط الكرة الطائرة.....

7- نشاط كرة اليد و كرة السلة.....

8- النشاطات الخاصة.....

* معالجة تعليمية خاصة بالنشاطات الفردية.....

1- أهدافها التربوية.....

2- خصائص النشاطات و مميزات الرياضية.....

3- طبيعة عناصر الإنجاز.....

4- المؤشرات الأساسية للنشاطات الفردية.....

5- كيفية حل المشاكل المطروحة (السلوكات المنتظرة).....

6- نشاط الجري الطويل.....

- 7- نشاط الجري السريع.....
- 8- نشاط الوثب الطويل.....
- 10-نشاط دفع الجلة.....
- 11-النشاط الجمبازي.....

.....التقييم التربوي.....

- * الملاحظة.....
- 1- تقييم التلاميذ خلال عمل الأفواج.....
- 2- تقييم تدخلات الأستاذ.....
- 3- تقييم المهارات.....
- * كيفية تقييم وضعيات الإشكال.....
- * مستخلص لتقييم الكفاءة.....

- 1- التقييم التشخيصي.....
- 2- التقييم التكويني.....
- 3- التقييم التحصيلي.....
- * كيفية التنقيط (الخاص بمادة التربية البدنية و الرياضية).....

..... نماذج بناء وحدات تعليمية.....

- 1- الجري السريع(09 مؤشرات).....
- 2- الكرة الطائرة(03 مؤشرات).....
- 3- الجمباز الأرضي(05 مؤشرات).....

..... نموذج لوحدت تعليمية.....

- * كيفية التوصل و الإنجاز (مثال في الكرة الطائرة).....

..... استعمال الوسائل.....

- 1- البرمجة.....
- 2- الشروط الضرورية للعمل.....
- 3- الوسائل البيداغوجية.....
- 4-.....
- 5- الوثائق البيداغوجية.....

..... مصطلحات بيداغوجية.....