

المحاضرة العاشرة: الخطوات العملية والديداكتيكية للتسيير الجيد لحصة التربية البدنية والرياضية.

من أجل تنفيذ وتسيير حصة مثالية وفعالة في التربية البدنية والرياضية
وجب على المعلم (المُرَبِّي) تتبّع الخطوات العملية التالية:

• مقدمة (10 دقائق):

- أهمية التسيير الفعال لحصة التربية البدنية: إبدأ بتأكيد الدور الحيوي للحصة في تحقيق الأهداف التربوية والبدنية والاجتماعية للطلاب. اشرح كيف أن التسيير الجيد يضمن استغلال الوقت بكفاءة وتحقيق أقصى استفادة من الأنشطة.
- الصّعوبات التي تواجه تسيير الحصة: بعض الصعوبات التي قد يواجهها معلم التربية البدنية أثناء الحصة (ضيق الوقت، تباين مستويات الطلاب، إدارة السلوك، توفر الموارد).
- أهداف الحصة: وضح ما الذي سيتم تناوله في هذه الحصة، مع التركيز على استعراض العوامل الرئيسية التي تُساعد في تسيير حصة تربية بدنية ورياضية ناجحة وفعالة.

• أولاً: التخطيط والإعداد المسبق (20 دقيقة):

✚ تحديد الأهداف بوضوح:

- ✓ أهداف عامة للمنهج وأهداف خاصة بكل حصة.
- ✓ أهمية أن تكون الأهداف قابلة للقياس، واقعية، ومحددة زمنياً.
- ✓ ربط الأهداف بحاجات ومستويات الطلاب.

✚ اختيار الأنشطة المناسبة:

- ✓ مُراعاة خصائص النمو ومستويات القدرة البدنية والحركية للطلاب.
- ✓ التنوع في الأنشطة لتلبية اهتمامات مختلفة وتطوير جوانب متعددة.
- ✓ التدرج في صعوبة الأنشطة.
- ✓ توفير بدائل للأنشطة لتلبية الفروق الفردية.

✚ تحضير المواد والأدوات:

- ✓ التأكد من توفر الأدوات والملاعب والمساحات اللازمة.
- ✓ فحص سلامة الأدوات والملاعب قبل الحصة.
- ✓ تنظيم الأدوات بطريقة تسهل الوصول إليها وتوزيعها.

✚ وضع خطة زمنية مرنة:

- ✓ تخصيص وقت لكل جزء من الحصة (الإحماء، الجزء الرئيسي، التهدئة، التقييم).
- ✓ احتساب وقت للانتقال بين الأنشطة وتوزيع الأدوات.
- ✓ الاستعداد لتعديل الخطة الزمنية حسب الظروف.

• **ثانياً: إستراتيجيات التدريس والتواصل الفعال (25 دقيقة):**

✚ توضيح التعليمات بشكل دقيق وواضح:

- ✓ استخدام لغة بسيطة ومفهومة.
- ✓ تقديم عروض توضيحية (نماذج حركية).
- ✓ استخدام الإشارات غير اللفظية (الإيماءات، لغة الجسد).
- ✓ التأكد من فهم الطلاب للتعليمات قبل البدء بالنشاط.

✚ تقديم التغذية الراجعة البناءة:

- ✓ تحديد جوانب القوة والجوانب التي تحتاج إلى تحسين.
- ✓ تقديم ملاحظات محددة وقابلة للتطبيق.
- ✓ استخدام أساليب متنوعة لتقديم التغذية الراجعة (لفظية، بصرية، فردية، جماعية).
- ✓ تشجيع التقييم الذاتي وتقييم الأقران.

✚ إدارة التفاعل الصفي:

- ✓ تشجيع المشاركة الفعالة والتفاعل الإيجابي بين الطلاب.
- ✓ طرح أسئلة مفتوحة لتحفيز التفكير.
- ✓ الاستماع بانتباه لآراء الطلاب وأسئلتهم.
- ✓ خلق جو من الاحترام والثقة.

✚ استخدام استراتيجيات تدريس متنوعة:

- ✓ التدريس المباشر (لتقديم المعلومات والمهارات الأساسية).
- ✓ التدريس غير المباشر (لتشجيع الاكتشاف وحل المشكلات).
- ✓ التعلم التعاوني (لتنمية المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي).
- ✓ التدريس المتميز (لتلبية احتياجات الطلاب المختلفة).

• ثالثاً: إدارة السلوك والحفاظ على بيئة آمنة (20 دقيقة):

✚ وضع قواعد واضحة للحصة:

- ✓ تحديد توقعات السلوك بوضوح في بداية العام الدراسي وفي بداية كل نشاط.
- ✓ إشراك الطلاب في وضع بعض القواعد لزيادة الالتزام بها.
- ✓ التأكيد على أهمية السلامة واحترام الآخرين.

✚ استخدام استراتيجيات وقائية لإدارة السلوك:

- ✓ التخطيط لأنشطة جذابة ومناسبة.
- ✓ توفير تعليمات واضحة ومنظمة.
- ✓ المراقبة الفعالة لسلوك الطلاب.
- ✓ التدخل المبكر عند ظهور أي سلوك غير مرغوب فيه.

✚ التعامل مع السلوكيات غير المرغوب فيها:

- ✓ اتباع إجراءات متفق عليها للتعامل مع المخالفات.
- ✓ التواصل الهادئ والمحترم مع الطالب.
- ✓ التركيز على السلوك وليس على شخص الطالب.
- ✓ استخدام العواقب المنطقية والعادلة.

✚ ضمان السلامة في الحصة:

- ✓ فحص المعدات والملاعب بانتظام.
- ✓ تعليم الطلاب إجراءات السلامة الخاصة بكل نشاط.
- ✓ الإشراف الدقيق أثناء الأنشطة.
- ✓ الاستعداد للتعامل مع الإصابات الطفيفة.

• رابعا: إدارة الوقت والموارد بكفاءة (15 دقيقة):

✚ الإلتزام بالخطة الزمنية:

- ✓ بدء وإنهاء الأنشطة في الوقت المحدد.
- ✓ استخدام إشارات بصرية أو صوتية للإشارة إلى نهاية الوقت.
- ✓ تدريب الطلاب على الانتقال السريع والمنظم بين الأنشطة.

✚ توزيع واستعادة الأدوات بكفاءة:

- ✓ وضع نظام واضح لتوزيع واستعادة الأدوات.
- ✓ تكليف الطلاب بمسؤوليات محددة في توزيع واستعادة الأدوات.
- ✓ استخدام الوقت المخصص للتنظيم بشكل فعال.

✚ الإستفادة القصوى من المساحات المتاحة:

- ✓ تخطيط الأنشطة بحيث تستغل المساحة المتاحة بشكل فعال.
- ✓ تنظيم الطلاب في مجموعات صغيرة لتوفير مساحة أكبر للحركة.
- ✓ استخدام العلامات والأقمار لتحديد مناطق النشاط.

• خامساً: التقييم والتفكير التأملي (10 دقائق):

+ تقييم تعلم الطلاب:

- ✓ استخدام أساليب تقييم متنوعة (الملاحظة، قوائم الرصد، تقييم الأقران، التقييم الذاتي).
- ✓ ربط التقييم بالأهداف التعليمية.
- ✓ تقديم تغذية راجعة للطلاب حول تقدمهم.

+ التفكير التأملي للمعلم:

- ✓ تخصيص وقت بعد الحصة للتفكير في سير العملية التعليمية.
- ✓ تحديد نقاط القوة والجوانب التي تحتاج إلى تحسين في التخطيط والتنفيذ.
- ✓ توثيق الملاحظات والتعديلات للدروس اللاحقة.
- ✓ تبادل الخبرات مع الزملاء وحضور الدورات التدريبية لتطوير المهارات.

• الخاتمة (5 دقائق):

- تأكيد أهمية العوامل التي تم تناولها في تسيير حصة تربية بدنية ورياضية ناجحة.
- تشجيع المعلمين على تطبيق هذه العوامل وتكييفها مع سياقاتهم التعليمية.
- التأكيد على أن التسيير الفعال للحصة هو عملية مستمرة من التعلم والتطوير.