

جامعة كربلاء

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

طرائق التدريس

خطة درس التربية الرياضية

(الخطة المنوعة لدرس التربية الرياضية)

إعداد

د. خليل حميد محمد علي

المرحلة الثالثة

## ❖ الخطة المنوعة:

هي تنظيم للأنشطة والخبرات التعليمية وجوانب انماط التعلم الاخرى لخدمة اهداف سلوكية متنوعة وهي جزء من المنهاج التعليمي التي يضعها مدرس التربية الرياضية ويخطط لها ويحدد اهدافها وسميت الخطة المنوعة لأنها تضم اكثر من مهارة تعليمية (٢-٣) مهارات وبذلك فان تحديد الهدف السلوكي يكون متنوعا ولا يعتمد على عبارة سلوكية واحدة وعادة ما تستخدم في منهاج المدارس.

فقد يعطي المدرس نداء بتقسيم الصف الى ثلاث مجاميع تتوزع في ساحة اللعب وكل مجموعة تعطي لها مهارة حركية تختلف عن الثانية والثالثة ويخصص لها وقتا مثلا (١٥) دقيقة للتدريب على تلك المهارات ويكون حصة كل مهارة خمسة دقيقة فيعطي المجموعة الاولى مهارة الدحرجة الامامية بالجمناستك والمجموعة الثانية مهارة الطبطبة بكرة السلة والمجموعة الثالثة التهديف بكرة القدم ، وبإيعاز من المدرس تعمل كل مجموعة بالأداء للمهارة المراد تعلمها وبعد الانتهاء للوقت المخصص لكل مجموعة (٥/ دقيقة) يقوم المدرس بإشارة منه الى المجموعات بالانتقال وبالسير النظامي حسب دوران عقرب الساعة لتغيير المجموعات علما انها سوف تؤدي جميع المهارات وبالترتيب.

## ✓ مزايا الخطة المنوعة.

- ١- ان التنوع في المهارات الحركية يؤدي الى زيادة النمو المعرفي والمهاري.
- ٢- يقلل ضجر وملل الطلبة بسبب تنوع المهارات.
- ٣- تمنح المدرس الفرصة للكشف عن قابليات الطلبة.

## ✓ عيوب الخطة المنوعة.

- ١- تحتاج الى تجهيزات وادوات رياضية ولذا يصعب العمل بها في المدارس التي تفتقر للتجهيزات.
- ٢- لا يستطيع الطالب اكتساب المهارات المتنوعة خلال وقت الدرس المحدد بـ (٤٠ / دقيقة).
- ٣- اغلب الاحيان ( الخطة المنوعة) لا تحقق اهداف الدرس كاملة.

## لخطة المنوعة لدرس التربية الرياضية

الهدف التربوي // ١- تعويد الطلاب على النظام

٢- بث روح المنافسة بين الطلاب

الهدف التعليمي // ١- الارسال المواجه من الاسفل في كرة الطائرة

٢- المناولة الصدرية في كرة السلة

٣- الوقوف على اليدين في الجمناستك

الادوات المستخدمة // كرات طائرة ، كرات سلة ، بساط جمناستك

المدرسة //

الصف //

الوقت //

التقويم	التنظيم	محتوى الوحدة التعليمية	الاهداف السلوكية	الوقت	اقسام الوحدة التعليمية
*التأكيد على التحية الرياضية *التأكيد على احماء الجسم	+++++ • المدرس	تحضير الطلاب واداء التحية الرياضية وتسجيل الغياب ثم السير على الامشاط والكعبين - الهرولة مع رفع الركبتين	*ان يتعود الطالب على النظام *ان يؤدي الطالب احماء الموانع	١٢/د ٧/د	القسم الاعدادي المقدمة والاحماء
*التأكيد على وقوف الطلاب بأربع فرق	+ + + + + + + + المدرس + + + +	* (الوقوف) ففزات على البقعة بفتح وضم (الساقين ٢ عدة) * (الوقوف، تخصر) فتل الراس للجانبين بالتعاقب (٤ عدة) * (الوقوف، فتحا) تدوير الذراعين للأمام والخلف (حر)	*ان يطبق الطالب التمارين البدنية بمستوى جيد	٥/د	التمارين البدنية

		* (الوقوف، فتحا، تخصص) ثني الجذع للأسفل ثلاث مرات و بالعدة الرابعة مده (٤ عدة)			
*التأكيد على عدم التدافع بين الطلاب	← + + + + ← + + + + ← + + + + ← + + + + المدرس	*لعبة سباق التتابع - يتم ذلك بصورة مفاجئة و بإيعاز من المدرس عند انتهاء التمارين البدنية بالركض مسرعا لمسك جدار المدرسة والرجوع الى الفرق مسرعا والفرقة التي توقف اولاً تعد هي الفائزة ويتم التصفيق لها	*ان تنمي في الطالب روح المنافسة	د/٥	لعبة ، حركة مفاجئة
*التأكيد على الاداء الصحيح للمهارات	+ + + + + + + + • المدرس + + + + + + + +	* شرح المهارات الثلاث وعرضها امام الطلاب *قيام طلاب جيدين بأداء المهارات الثلاث *التغذية الراجعة الفورية من قبل المدرس *اداء المهارات من قبل الطلاب	*ان يصغي الطالب الى المدرس باهتمام	د/٢٨ د/٨	القسم الرئيسي النشاط التعليمي
*التأكيد على تبادل المجموعات باتجاه عقرب الساعة	+ + + + + + + + + + + + + + + + + + المدرس	*تقسيم طلاب الصف الى ثلاث مجموعات ١- (مج ١) مهارة الارسال المواجه من الاسفل ٢- (مج ٢) المهارة الصدرية بكرة السلة ٣- (مج ٣) الوقوف على اليدين في الجمناستك	*ان يطبق الطلاب المهارات الثلاث بمستوى جيد	د/٢٠	النشاط التطبيقي
*التأكيد على اعادة الحياة الطبيعية للطلاب	+ + + + + + المدرس + + + + + + + + + + + +	* (الوقوف) تشبيك اليدين عالياً فوق الراس تحريك الذراعين جانبا - اماما - اسفل (حر)	*ان يؤدي الطالب تمطيه عضلات الذراعين واخذ الشهيق وطرح الزفير	د/٢	القسم الختامي تمرين ايجابي

د. خلیل حمید