

## الوثيقة المرافقه

لمنهج مادة التربية البدنية والرياضية

السنة الرابعة متوسط

# المقدمة

تحتل التربية البدنية والرياضية مكانة هامة في المنظومة التربوية، لا يمكن تجاوزها أو الاستغناء عنها في حياة التلميذ، وخاصة وأنه يمر بمرحلة هامة في حياته وهي المراهقة و ما تضمنه من تربية وتنمية وصقل لكل مركباته البدنية، النفسية، الفكرية والاجتماعية المؤسسة له. لذا أولتها وزارة التربية الوطنية العناية الكاملة، وأدرجتها كمادة تعليمية في جميع مراحل التعليم حتى تأخذ مكانتها وتلعب دورها المنوط بها، والتمثل في:

• المساهمة الفعالة في التربية الشاملة عن طريق النشاط الحركي، الذي يمنح للتلميذ معايشة حالات متنوعة واقعية ومجسدة، تستلزم وتسدّي تجسيد طاقاته الكامنة، لتباور بعد ذلك وتساهم في استقلالية تصرفاته عن طريق اكتساب ميكانيزمات التكيف الذاتي ضمن تعلمات ذات أبعاد تربوية نسعي من خلالها تنمية كفاءات تؤهله لمواجهة الحياة التي هو في كفها.

• المواجهة المستمرة لقواعد الحركة وأنظمة النشاطات البدنية والرياضية بمختلف أشكالها بحيث تستوجب تعديل مجهوداته وتوزيعها وتكييفها في الزمان والمكان و حسب كلّ وضعية أو موقف تعلّم يفيده. إن إدراج هذه النشاطات البدنية والرياضية وحتى وإن كانت بالمنطق الرياضي المادوي فهذا لا ينفي أنّ النّظرة الشاملة للتعليم، المبنية على اكتساب كفاءات وتطوير قدرات التلميذ، لنجد المغزى الأساسي الذي يعتبره حدة متكاملة ومتداخلة بعيداً عن التصنيفات التي ترى وأنه جسم وعقل كل على حدا، الظاهر وأنه لا يمكن أن نبني الواحد دون الآخر نظراً لارتباطهما معاً.

• البحث عن التوازن والتعامل ضمن التركيبة التي ينشط فيها التلميذ وهو "القسم" باعتباره البنية التحتية الذي يسمح له من تدعيم وبصورة فعالة اندماجه في المجتمع الذي يعيش فيه.

\* إن الحركة المفتعلة من أي نشاط بدني ورياضي له علاقة بالقوانين والقواعد العلمية، المناسبة للمواد التعليمية التي يتناولها التلميذ في إطار التعليم المتوسط (مواد التربية التجريبية، مواد العلوم الإنسانية والحياة، مواد اللغات ومواد الإيقاظ)، مما يجعلها تبني علاقة وطيدة فيما بينها لتسمح له بالتحكم في مدى افعالها في مختلف مراحل التعلم الذاتي والجماعي.

تلك العلاقة تهدف إلى بناء شخصيته الفاعلة، كالاعتماد على النفس، واحترام الآخرين بفضل التعاون والتضامن والانتزام بقواعد وقوانين المحيط والجماعة. في يأتي ذلك بفضل تخطيط مشاريع واقعية تحفز التلميذ على التعلم بموجب أن تكون حاملة في نفسها الطابع التناصي، وهو المجال المفضل له، كما يجب السهر على خلق الانسجام المنبثق من حتمية وضرورة تكاملية هذه المواد التعليمية فيما بينها، باعتبارها موجهة إلى التلميذ، الذي هو وحدة واحدة متكاملة ومحور عملية التعلم.

## المشروع التعليمي الخاص بالتعليم المتوسط

المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	المرحلة الأولى	المراحل
السنة الرابعة متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الثانية متوسط	السنوات الدراسية
طور التعميق والتجاهز	طور الدعم والتعميق	طور التجانس والتكييف	مميزات الطور
<ul style="list-style-type: none"> <li>* التأثير الفعلي في هذا الفضاء بفضل الأساليب الشخصية استجابة لرغبة بلوغ مسعى فردي أو جماعي ليصبح بذلك محل اختصاص في المستقبل.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* استثمار الفضاء المعاش بفضل المساهمة الفعلية وتقاسم الأدوار مع الغير.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* تكييف نشاطات الجسم في فضاءات مميزة وتحويل الحركية البسيطة إلى حركية مركبة وهادفة.</li> </ul>	<p>1- التربية البدنية « كمادة تعليمية ». 2- التعرف على نشاطاتها الرياضية المختلفة والاحتكاك بنظامها التربوي. 3- إدراك الجسم والفضاء بواسطة هذه النشاطات.</p>

### أهداف مادة التربية البدنية والرياضية

تحضير التلميذ وتكوينه نحو الأفاق المستقبلية بفضل العمل والنجاح واستثمار قدراته المعرفية والمهنية.

اللهم على تبني أي اختيار يواجهه في الحياة، و المبادرة في أخذ القرارات وسط الجماعة.	تساعد
في إدراك المهن التي لها علاقة بالرياضة كالبيولوجيا، علم النفس، الطب الرياضي، الفيزيولوجيا وغيرها من الاختصاصات.	تساهم
تنمية القدرات العضوية والنفسية الحركية	تفضل
فكرة النجاح والتوصل بفضل بيداغوجية تدفع باللهم إلى التعلم والتقييم الذاتي وتوعيه بإمكانياته.	تنمي
ظروف ملائمة لحفظ على الصحة بتفضيل اللياقة البدنية من خلال الجهد والعمل المتواصل شعورا بفائدة الوقاية والأمن الغذائي والصحي.	تلحق
المعرف الضرورية لتسهيل وتنظيم العمل الذي يفيده في تنظيم وتسهيل حياته الطبيعية.	تدعم
كيفية التحكم في الانفعالات و المغامرة و التصدي للمخاطر بتنمية روح المسؤولية والاستقلالية	تعلم
العلاقات الاجتماعية و تبني روح التعاون والتضامن بداخل وخارج الحيز المدرسي.	تطور
من الاندماج في المجال الثقافي الذي يشكل دعامة للنشاطات البدنية والرياضية.	تمكّن
العمل بفضل نشاطات اجتماعية داخل الحيز المدرسي و تقبل الفوارق الموجودة عند أفراد الجماعة.	تسمح

## إسهام مادة التربية البدنية والرياضية في التنمية الشاملة للطفل

تلعب مادة التربية البدنية والرياضية دورا هاما في التربية الشاملة للطفل ونحصرها فيما يلي:

تنمية الشخصية	تنمية العقل	تنمية الفكر والوعي بالقيم الاجتماعية
تنمية بيولوجية	تنمية حركية	<ul style="list-style-type: none"> <li>* في المجال النفسي / حركي ..... التحكم في الذات</li> <li>* في المجال الوجداني ..... التحكم في الانفعالات</li> <li>* في المجال الاجتماعي ..... تنظيم العلاقات</li> </ul>
دعم معرفي	<ul style="list-style-type: none"> <li>1- معرفة بيوب- فيزيولوجية ونفسية</li> <li>2- معرفة حول مكونات الجسم</li> <li>3- معرفة حول الطبيعة والحياة</li> <li>4- معرفة اللغات وكيفيات الاتصال</li> <li>5- الثقافة العامة</li> </ul>	
دعم تربوي		<ul style="list-style-type: none"> <li>1- تنمية البعد التربوي ..... المواطن الصالح</li> <li>2- تنمية البعد الواقعي ..... المواطن السليم</li> <li>3- تنمية المواطن في الحقوق والواجبات</li> <li>4- تنمية البعد الثقافي ..... المواطن المحترم لقيم والمفتوح على العالم</li> </ul>

### منطق التدريس بالكافاءات

هي مقاربة أساسها أهداف معلن عنها في صيغة كفاءات يتم اكتسابها باعتماد محتويات منطقها الأنشطة البدنية والرياضية كدعامة ثقافية وكذا مكتسبات المراحل التعليمية السابقة والمنهج (طرق التحقيق) الذي يركز على التعلم كمحور أساسى في عملية التعلم.

#### • مفهوم الكفاءة:

هي القدرة على توظيف مهارات في موقف موالي لها حيث مكوناتها الأساسية هي:

1- التصور: وهو مكون نظري مرتبط بالعمليات العقلية والمعرفية

2- الإنجاز: وهو مكون عملي

#### • أما مفهوم القدرة:

أو بمعنى آخر الاستعداد

وهي فاعلية ذهنية مرتبطة بالاستعداد والكامنة عند الفرد وتكون مرتبطة أساسا بالنضج المطابق لمستوى العمر الذهني، البدني والعقلي.

## مقارنة المقارب المعتمدة في النظام التربوي

المقارنة	منطق المقاربة	عقد المعلم / المتعلم	التقييم / التقويم	ملاحظات
ـ بناء المناهج على المحتويات لكل مستوى مضامين معينة معالجة تعليمية المادة معارف مختلفة موزعة في الزمان (توزيع دورى مثلاً، التلقين- الذاكرة- النكرار- الكم )	- إبراز هام لنشاط المعلم الذي يتقن ويأمر وينهى، ويشرح باستمرار. - إبراز دور منفذ للتأميم الذي يبحث عن إعجاب المعلم. - من السهل إلى الصعب من الطريقة الكلية إلى الطريقة التحليلية والعكس.	- تقييم المعلومات • تقييم النشاطات * العودة إلى الذاكرة بالنسبة إلى المواد النظرية والتطبيقية	- قيم المعرف في تطبيقها - اكتساب المعرف لوحده لا تؤهل التلميذ لحل المشاكل المطروحة في حياته المدرسية واليومية (جمود)	
ـ بناء شبكة أهداف مجزأة - اشتقاق الأهداف من الصنفات المختلفة "بلوم" المجال المعرفي. - إبراز الأهداف الإجرائية - برمجة هذه الأهداف معالجة سلوكية ومعرفية - منطق التعليم والتعلم	* علاقة ثنائية * تعليم / تعلم * تخطيط التعلم	- محاولة تقييم الأهداف الإجرائية المشتقة من الصنافه المعرفية للمواد .	- المحظيات موجودة قبل الأهداف. - الأهداف التربوية غير قابلة للتوظيف مباشرة - تجزئة التلميذ إلى 03 أجزاء: 1- معرفي 2- حركي 3- وجاذبي	
ـ نوع من هدف عام مشترك ل مختلف المواد. - الطابع العرضي - صنافة أكثر شمولية من نقطة التقاء و تواصل بين المعلمين. - منطق التعليم بالمفهوم الحديث.	- إبراز عمل التلميذ - منطق التعليم والممارسة مثل الكفاءة - للمعلم دور المكون - ما بين المواد حقيقة كون القدرة عرضية بالدرجة الأولى	- تجربة قصيرة غير معمرة، تقييم مؤشرات القدرة. - دور أو مهام يقوم بها التلميذ أو المتعلم	- عامة - القدرة لوحدها لا تؤهل التلميذ لحل كل المشاكل المطروحة في الميدان.	
ـ بناء منهاج معلم عنه في صيغة كفاءات مدرسية يصبح التلميذ نوعاً ما اختصاصي في مادة معينة على غرار الاختصاصات - تسمح للمتعلم بحل مشاكل الحياة - قاعدة لقيام بوظيفة في المستقبل ناتجة عن صيغة تعلم ذاتي.	- الفوج قسم عبارة عن مجتمع صغير. - تجارب اجتماعية متنوعة. - منطق التعليم المدمج مع إبراز نشاط المتعلم (ينشط، يجرب ويمارس باستمرار، يتحاور)	- تقييم الكفاءات المدرسية من خلال مهام يقوم بها المتعلم. - "مؤشرات الكفاءة / أهداف إجرائية" - إبراز أهمية التقييم التكويني	- صعوبة بناء كفاءة مدرسية - علاقة المعرفة بالكفاءة - تغيير شبه جزري للممارسة البيداغوجية - حالة النجاح في تطبيق المقاربة يصبح المتعلم فيها منافس للمعلم.	

## جدول مقارنة بين منطق النشاطات الرياضية ومنطق الكفاءات

الآهداف	دور المعلم	محتويات التعلم	المميزات	التقييم	ملاحظات
النشاطات البدنية و الرياضية بالمفهوم الرياضي	- اختصاصي في نشاط معين معنٍ - بكل نشاط - تقنيات خاصة بكل نشاط - النشاط غاية - شبه اختصاص في كل نشاط	- محتويات خاصة بكل نشاط - تحديد مستويات في كل نشاط - تقين النشاطات - معلومات فنية خاصة بكل نشاط رياضي	- توزيع دوري من السهل إلى الصعب	- النتائج - حركات فنية رياضية محسنة	محتويات تناسب تعلمات الأنشطة إلى أعلى درجة
النشاطات البدنية والرياضية وسيلة تربية الكفاءات المدرسية	- اختصاصي في التربية مكون - معلم اختصاصي	وضعيات تعليمية / تعلمية تخدم الكفاءات المدرسية المختارة	- العمل الدوري ينحصر نوعا ما بالرغبات ما تدرج انطلاقا من مؤشرات الكفاءة	تقييم الكفاءات المدرسية من خلال مؤشراتها وكذا الأهداف الإجرائية	- صعوبة بناء الكفاءات المدرسية المادية - بناء محتويات تعلمية جديدة بكل التدرجات المناسبة لها.

## بعض الطرائق المستعملة في النظام التربوي

يمكن استعمال إحدى الطرائق في التدريس بالكفاءات

01	بيداغوجية العقد
02	وضعيات الأشكال
03	بيداغوجية المشروع
04	بيداغوجية الفروقات
05	البيداغوجية الغير المسيرة
06	التربية الحديثة والطريقة المركزة على التلميذ
07	بيداغوجية الاستقلالية
08	الطريقة الحية

## مفهوم الرياضة مقارنة مع التربية البدنية والرياضية

أهمية النشاطات البدنية والرياضية تكمن في أنها الداعمة الأساسية لتدريس المادة، إذ بفضلها يتم تحقيق الأبعاد التربوية المراد تعميتها 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 التربوي من جهة، وتجذب مفهوم التدريب الرياضي من جهة أخرى.

لنقارن قبل كل شيء بين الرياضة، الرياضة الترفيهية والتربية البدنية والرياضية قبل معرفة خصائص هذه الأخيرة.

النشاط	الرياضة الترفيهية	الرياضة التنافسية	التربية البدنية والرياضية.
الأهداف	السعادة – الفرحة – سد الفراغ والصحة	السعادة – الفرحة – سد الفراغ والصحة	السعادة الشاملة لللّمّيذ بكل أبعادها التربوية. تنمية الكفاءات "المدرسية الشاملة".
الوسائل والطرق.	اللّعب الحر.	المنافسة الرياضية كأداة. تصنيف الرياضيين في مراتب. التدريب الرياضي الشاق. منهجية التدريب.	تكييف العمل لمستوى التلميذ (بياداغوجية الفروقات) . التنوع في المحتويات. استعمال الطرق التشيطة. استعمال الإمكانيات المتوفرة.
الشروط.	كل الأشخاص و الفئات دون فرق في الجنس دون شرط بدني.	الشباب ذو الصحة الجيدة. مراقبة طيبة مستمرة (تأهيل) مهارات فنية رياضية عالية.	كل المتمدرسين.
التسهيل.	حسب المحيط والإمكانيات المتوفرة.	مساحات المؤسسات و ملاعب تسمح القيام بنشاطات متنوعة و هادفة ذات صبغة تربوية.	
البعد.	النشاط وسيلة ترفيهية.	النشاط غاية رياضية.	النشاط وسيلة تربوية.

## محتويات التعلم في النشاطات الفردية والنشاطات الجماعية

ترتيب المسعى الذي تتبّعه غايات وأهداف مادة التربية البدنية والرياضية في إكساب التلميذ للكفاءات المنظرة من خلال النشاطات البدنية والرياضية الفردية والجماعية في الوسط المدرسي.

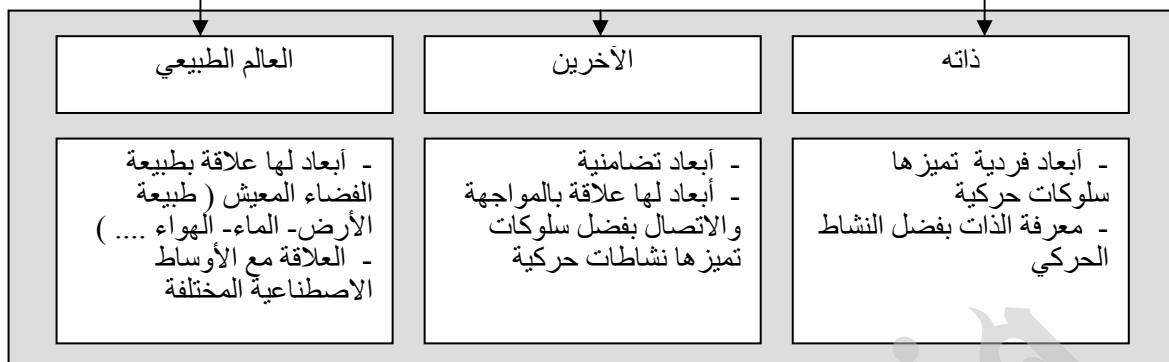


أسهام مادة التربية البدنية والرياضية في تنمية شخصية التلميذ بفضل التجارب الفردية والجماعية التي يعيشها في مختلف المجالات الحيوية والمحيطات.

تظهر مساهمتها في تنمية وترقية:



## من منطلق الأهداف العامة لمادة التربية البدنية والرياضية



تكيف محتويات النشاطات البدنية والرياضية حسب الأولويات الموالية  
لإنشغالات التلاميذ والإمكانيات المتاحة في المؤسسة لتحقيق هذه المساعي.

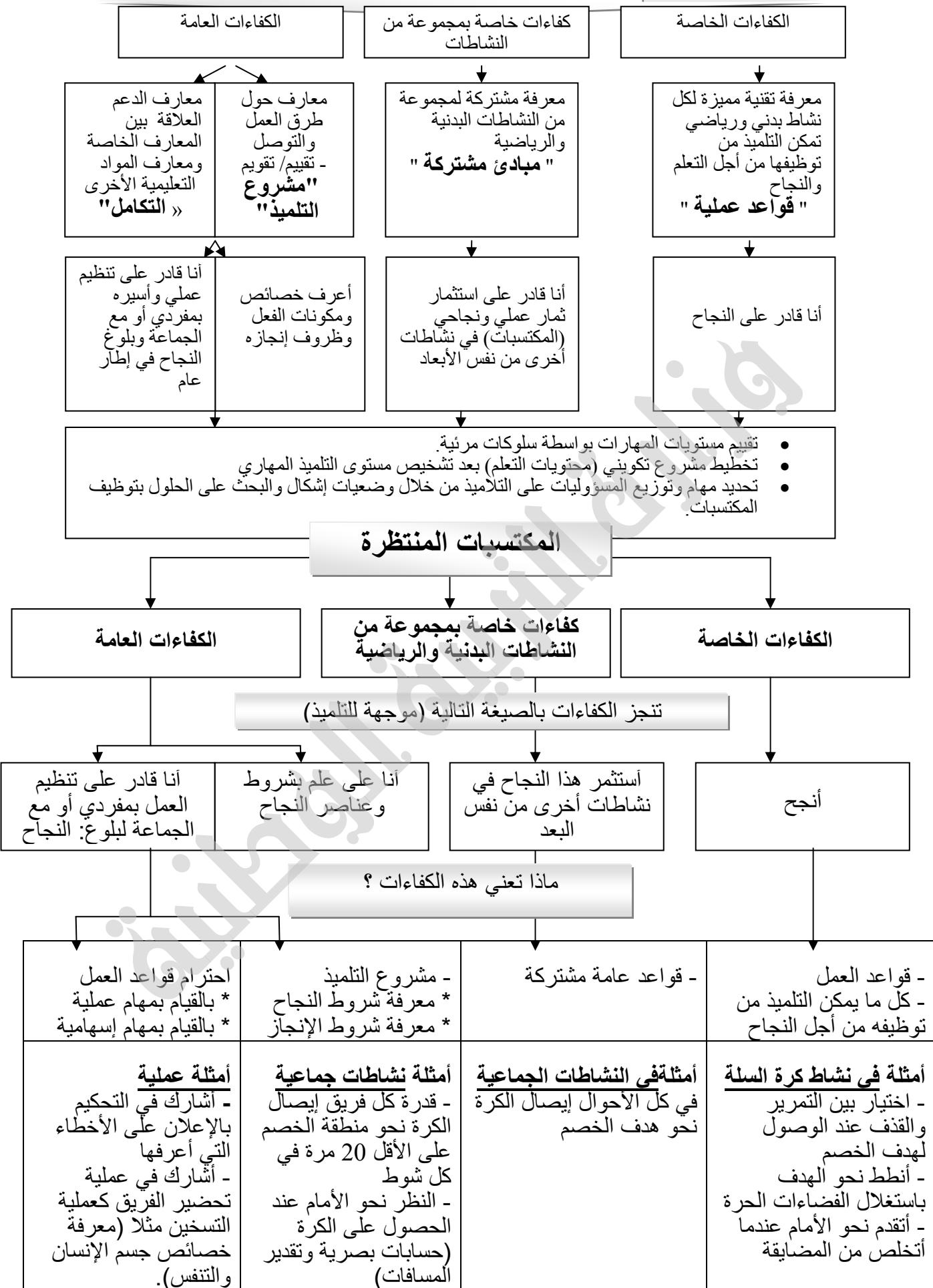
تمكين التلميذ من اكتساب أكبر تجربة ميدانية  
ممكنة خلال حياته الدراسية بفضل الممارسة  
الفعالية في ميدان العمل.

ملاحظة:  
وسائل العمل الخاصة بالمادة تبقى ضرورية  
لتحقيق هذه الأبعاد

### طبيعة الإكساب بفضل نشاطات مادة التربية البدنية والرياضية



## تحليل المكتسبات المنظرية



# ملحق التخرج

اكتساب المعارف بفضل الممارسة النشيطة للتوصل إلى تبني سلوكيات تؤهل إلى التكيف مع مختلف المواقف وال مجالات التعليمية في ظل التكامل والانسجام مع المواد التعليمية.

## الكفاءة الختامية السنة الرابعة متوسط

تصور سلوكيات حركية جديدة بتبني مسعى علمي في إنجاز المشاريع

### تعليمية المادة

يظهر جلياً مدى أهمية النشاطات البدنية والرياضية ومساعيها التربوية في تحقيق ملحق التلميذ فهي وبالتالي العنصر الأساسي في تعليم المادة ولها أبعاد تميز بما يلي:

#### \* الأبعاد التربوية للنشاطات الجماعية

التعلم عن طريق النشاطات الجماعية يهدف إلى تنمية المعايشة الجماعية، بحثاً على تدعيم قدرات الاتصال والتكيف الجماعي، التوازن، احترام الغير، التضامن و التعاون و روح المسؤولية و المبادرة. تحد هذه القدرات مداها في مختلف مستويات الكفاءة المصاحبة والمتدرجة في المشروع البيداغوجي عن طريق أهداف تماشي والصفات الحميدة، المراد غرسها وتنميتها لدى التلميذ، والمتصلة في لعب أدوار إيجابية ونشطة، ضمن الجماعة التي ينتمي إليها بحيث يؤثر ويتأثر بها. وكذلك تلبية رغباته الوجدانية والاجتماعية والحركية، في تكامل وانسجام أساسه "اللعب الجماعي" الذي توفره النشاطات الجماعية مثل كرة السلة، كرة اليد والكرة الطائرة.

#### \* الأبعاد التربوية للنشاطات الفردية

انطلاقاً من المسعى الرامي إلى تنمية الاستقلالية لدى التلميذ (التبشير الذاتي)، و شعوره بروح المسؤولية (نظرته في اختيار مشروع شخصي و قدرته في التفاوض و التشاور من أجل إنجازه و تحقيقه و البحث عن من يوازره لإنجاحه)، و أخذ المعلومات الازمة ل القيام بمهام مسندة له والتي تحفظه هو و زملائه للعمل والنجاح، مما يمكنه لاستيعاب 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 كمنتوجاً صحيحاً، هادفاً و نافعاً. تبني النشاطات المعمول بها حالياً (نشاطات ألعاب القوى و النشاطات الجمبارية) تمثل المجال الأوفر لتحقيق الكفاءات المحددة لذلك.

### الكفاءات العامة (مشتركة بين النشاطات الجماعية) السنة 4 متوسط

01	استجابة سريعة وناجحة
02	توظيف المعارف العلمية والمنهجية التي لها علاقة بالمواد التعليمية الأخرى (حسابات- قياسات- تنقلات).
03	محاورة الأستاذ لشرح الإختيار أو الإستراتيجية المتعلقة بخطة العمل وتصور كيفية النجاح
04	التشاور مع الزملاء من أجل تنظيم العمل
05	استعمال المكتسبات التي لها علاقة بالنشاط
06	التحكم في الذات واستعمال لغة خطاب صحيحة ومفيدة
07	مشاركة فعالة في تنظيم وتسهيل حياة الفوج
08	معرفة متعلقة بالحفظ على الصحة والوقاية من الأخطار

### الكفاءات العامة (مشتركة بين النشاطات الفردية) السنة 4 متوسط

01	التنفيذ بسرعة وبإحكام
02	محاورة الأستاذ للاستفادة من شروحات مفيدة وما يختاره التلميذ من تصرفات يصل بها نحو النجاح
03	التشاور مع الزملاء من أجل أحسن تنظيم العمل
04	تعلم الألفاظ الفنية الخاصة بكل نشاط واستعمالها في مساعي هادفة
05	خلق علاقة بين خصائص النشاط وأهداف المواد التعليمية الأخرى واستغلال المسعى العلمي في النجاح
06	التحكم في الذات ومخاطبة الغير
07	مشاركة نشيطة في حياة الفوج ونشاط القسم
08	معرفة متعلقة بالحفظ على الصحة والوقاية من الأخطار

## الكفاءات الخاصة

<b>القدرة على إدراك الفضاءات الحرة واستغلالها في إطار خطة لعب دفاعية</b>
<b>القدرة على معرفة عناصر التنفيذ المركبة للنشاطات وكذا الموارد الطاقوية المستعملة خلال الجهد</b>
<b>القدرة على معرفة عناصر التنفيذ خلال التركيب التسلسلي للحركة</b>
<b>القدرة على تفعيل القوة البدنية من خلال حركات خاصة في زمانها ومكانها.</b>
<b>القدرة على التوغل في امان في وضعيات معقدة ومواجهة المخاطرة في تسلسل جمبازي بسيط</b>

### الكفاءات الخاصة بكل نشاط بدني ورياضي

<b>القدرة على التفوق العددي على دفاع الخصم للتمكن من الوصول نحو السلة</b>
<b>القدرة على اختيار احسن حركة لإيصال الكرة إلى منطقة الخصم واستغلال تغيير الإرسال وتسجيل نقاط</b>
<b>القدرة على التفوق العددي في اقصى مدى ممكناً بدون إرهاق بفضل مراقبة وتنظيم الجهد في الزمان والمكان وبلغ معرفة الإمكانيات البدنية والفيسيولوجية.</b>
<b>القدرة على تحويل قوة الدفع المؤثرة على الالة من أسفل الجسم إلى أعلى لدفعها من زاوية ملائمة</b>
<b>القدرة على ترتيب مراحل العمل وخلق الانسجام بين الدفع والطيران لدفع الجسم في امان نحو نقطة ممكنة وضمان أحسن سقوط</b>
<b>القدرة على ترتيب مراحل العمل وخلق الانسجام بين الدفع والطيران لدفع الجسم في امان نحو الاعلى وضمان أحسن سقوط بعد اجتياز العارضة</b>
<b>القدرة على إنجاز تسلسل منسجم من حركات مختلفة الاشكال والمستويات وتقديرها في النهاية</b>

## نشاط كرة اليد

قواعد الحركة	مؤشرات النجاح
<ol style="list-style-type: none"> <li>الاحتفاظ بالكرة في انتظار وصول زميل للمؤازرة</li> <li>دون احتكاك أو ارتكاب أخطاء على المهاجم</li> <li>الاحتفاظ بالكرة المستقبلة وتمريرها بطريقة نافعة وسليمة بل تمريرها نحو زميل مستعد للقذف</li> <li>تقديم حلول للتحرر من المضايقة</li> <li>ضياع الكرة من طرف الخصم قبل القذف</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>التنطيط بالكرة والتنقل نحو مسار الهدف</li> <li>مراقبة مدافع أو أكثر</li> <li>التمكن من التوغل في الفضاءات الحرة ونداء زميل</li> <li>مساندة زميل وحمايته، حاملاً كرة أو بدونها</li> <li>انتظار ومراقبة الخصم من أجل حماية المنطقة</li> </ol>

السنة الرابعة متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الثانية متوسط	السنة الأولى متوسط
<ul style="list-style-type: none"> <li>تكتيكي بسيط (دفاع / هجوم)</li> <li>التوغل والقذف</li> <li>القذف بالارتكاز</li> <li>اقتناص الكرة وتنظيم الهجوم المعاكس</li> <li>دور الموزع (لاعب الوسط)</li> <li>انعكاس دور حارس المرمى على مردود الفريق لحماية المنطقة وتنظيم اللعب الجماعي</li> <li>دور قائد الفريق واحترام قواعد اللعبة</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>التنسيق بين الدفاع والهجوم</li> <li>دور اللاعب المحوري</li> <li>البحث عن التغرات في دفاع الخصم</li> <li>اختراق الدفاع</li> <li>القذف بالارتكاز</li> <li>القذف من الأجنحة</li> <li>حماية المنطقة (التحرك الجماعي للدفاع)</li> <li>الرجوع للمنطقة</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>مبادئ الهجوم المضاد</li> <li>الهجوم الفردي</li> <li>الهجوم الجماعي بأكثر من لاعبين 02.</li> <li>قذف الكرة بعد تمريرات مختلفة</li> <li>التفوق العددي والبحث على المساندة والدعم</li> <li>فكرة عن الدفاع</li> <li>الدفاع الفردي</li> <li>الدفاع الجماعي</li> <li>الدفاع الفردي والجماعي</li> <li>دفاع المنطقة وعودة الدفاع</li> <li>انطلاق الهجوم بعد الاستحواذ على الكرة (الدفاع بـ 06 )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>نظام وقانون أساسى للعبة</li> <li>تعلم أبجديات اللعبة (الوضعية الأساسية)</li> <li>تعلم التمرير بمختلف أنواعه</li> <li>تعلم كيفيات الاستقبال على الميدان</li> <li>تعلم الانتشار فوق الميدان</li> <li>تعلم القذف بالارتكاز</li> <li>تعلم التنطيط</li> <li>تعلم التنقل بالكرة بين 02 أو 03 لاعبين</li> <li>فكرة عن اللعب الجماعي (أول فكرة تكتيكية حول اللعبة )</li> </ul>

## نشاط الكرة الطائرة

قواعد الحركة	مؤشرات النجاح
<p>1- اختيار أحسن لمكان استقبال كرة الخصم حسابات وتقدير جيد للفضاءات</p> <p>2- معرفة كيفية التوجه من أجل تمرير الكرة للزميل</p> <p>3- معرفة كيفية اختيار ومواجهة الكرة نحو الفضاءات الحرة في منطقة الخصم</p>	<p>1- أمنع سقوط الكرة في منطقي أو الفضاءات التي تحيط بي مباشرة</p> <p>2- مرور الكرة عبر زميل قبل استقبالها</p> <p>3- عدم ارتباك وعدم صعوبة التعامل بالكرة حين استقبالها من طرف فريق الخصم.</p>

السنة الرابعة متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الثانية متوسط	السنة الأولى متوسط
<p>. الحفاظ على الكرة</p> <p>. التنظيم الجماعي المنسق</p> <p>كل في منطقته</p> <p>. توجيه الكرة للموزع بعد الاستقبال</p> <p>(مراقبة جيدة للكرة )</p> <p>. تعلم الصد</p> <p>. الصد وتغطية الدفاع</p> <p>. التكتيک البسيط</p> <p>( التركيز على عمل الموزع واختيار المهاجم)</p> <p>. التكتيک البسيط</p> <p>( الدفاع والهجوم )</p> <p>. الحفاظ على المنطقة واستغلال الفضاء الحر للخصم.</p>	<p>. التمرير بمختلف أنواعه</p> <p>. الاستقبال في منطقة الدفاع</p> <p>. دور الموزع</p> <p>. محاولة تمرير الكرة للموزع بعد استقبالها</p> <p>. تعلم الإرسال المنخفض</p> <p>. إرسال / استقبال</p> <p>. العلاقة بين اللاعبين</p> <p>بين مدافع / مهاجم وموزع</p> <p>. تنظيم الثلاثة مناولات</p> <p>. تنظيم الهجوم البسيط</p> <p>. السند وتغطية الدفاع</p> <p>. التصدي للهجوم في منطقة الدفاع</p>	<p>. تحسين الوضعية الأساسية</p> <p>. اللعب على 03 مناولات بين 03 أفراد ( تمييز جماعي ثاني )</p> <p>. تحسين كيفية الاستقبال</p> <p>. تعلم مختلف أنواع التمرير الخلفي، الامامي... الخ.</p> <p>. تعلم مبادئ الهجوم وتحسين الإرسال (الوضعية المناسبة للجسم)</p> <p>. بناء الهجوم بعد الاستقبال</p> <p>. الدفاع بعد تجسيد 03 مناولات</p> <p>فكرة عامة حول تركيب: الاستقبال، التوزيع، الهجوم</p> <p>. استعمال أول طاقتين للعبة) التكتيک البسيط وإدراك فكرة الموزع (.</p>	<p>. نظام والقانون الأساسي للعبة</p> <p>. تعلم الأبجديات (الوضعية الأساسية )</p> <p>. المناولة ( التمرير )</p> <p>. الاستقبال</p> <p>. تعلم الانشمار فوق الميدان</p> <p>( معرفة المكان المناسب والصحيح )</p> <p>. تعلم إرسال الكرة ( الإرسال البسيط )</p> <p>. تعلم المناولة والاستقبال ( تركيب أول )</p> <p>. العلاقة بين 2 و 3 لاعبين</p> <p>. فكرة عن اللعب الجماعي ( فكرة تكتيكية أولى للعبة أو تمييز جماعي أول )</p>

# نشاط كرة السلة

قواعد الحركة	مؤشرات النجاح
<ol style="list-style-type: none"> <li>الحفاظ على الكرة في انتظار وصول زميل</li> <li>الحفاظ على الكرة المستقبلة من أجل تنفيذ حركة فعالة مثل التمرير نحو الأمام أو القذف أو التنطيط</li> <li>التمكن من إعطاء حلول للزماء بفضل التحرك بدون كرة</li> <li>دفع الخصم لارتكاب خطئ بتوجيه كرات صعبة المراقبة.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>التنطيط ومراقبة لاعب أو أكثر وتقدير الموقف</li> <li>المبادرة باللعب في الفضاءات الحرة</li> <li>مساندة ومساعدة زميل بدون كرة</li> <li>انتظار الكرة وكيفية الاستحواذ عليها</li> </ol>

السنة الرابعة متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الثانية متوسط	السنة الأولى متوسط
<ul style="list-style-type: none"> <li>تنظيم اللعب الجماعي باحترام المناصب في الدفاع وفي الهجوم</li> <li>التحرر من المراقبة والمضايقة</li> <li>التحول من مهاجم إلى مدافع والعكس</li> <li>تطوير الحركة الجماعية وإنهاها بالتسديد</li> <li>المراقبة واحد لواحد</li> <li>الهجوم المعاكس</li> <li>الرجوع بسرعة للمنطقة</li> <li>تنظيم مقابلة وتسخيرها طبقاً لقوانين اللعبة</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تحسين اللعب الجماعي في الدفاع وفي الهجوم</li> <li>دور الموزع</li> <li>التسديد من الثبات</li> <li>التسديد بالارتكاز</li> <li>الهجوم 4 / 1</li> <li>التحسين في تنظيم الدفاع</li> <li>اقتناص الكرة من الخصم</li> <li>تحمل المسؤولية الفردية قبل اندلاع الهجوم</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعلم كييفيات الهجوم وتنظيمه</li> <li>تعلم مبادئ الهجوم المضاد</li> <li>الهجوم الفردي</li> <li>الهجوم الجماعي ما فوق 02 لاعبين</li> <li>تسديد الكرة من تمريرات مختلفة</li> <li>التفوق العددي (الارتكاز والإسناد)</li> <li>الدفاع الفردي</li> <li>الدفاع الجماعي</li> <li>أول ترکيب بين الدفاع الفردي والجماعي</li> <li>الدفاع على المنطقة</li> <li>دفاع المنطقة وعودة الدفاع</li> <li>انطلاق الهجوم بعد الاستحواذ على كرة الخصم</li> </ul>	<p><b>نظام والقانون الأساسي للعبة</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>تعلم أبجديات اللعبة (الوضعية الأساسية).</li> <li>تعلم التمرير بمختلف أنواعه</li> <li>تعلم الاستقبال</li> <li>تعلم الانتشار فوق الميدان</li> <li>تعلم التسديد الحر نحو اللوح</li> <li>تعلم التنطيط</li> <li>تعلم التنقل بالكرة بين 02 و 03 لاعبين</li> <li>تعلم الفكرة التكتيكية للعبة (استعمال أبسط طاكتيك: فكرة عن اللعب الجماعي)</li> </ul>

**المعارف المرتقبة في نهاية الوحدة التعليمية  
مشتركة  
بين النشاطات الجماعية**

<ul style="list-style-type: none"> <li>- أعرف حدود الملعب شكله وقياساته</li> <li>- أعرف القوانيين الأساسية المتعلقة بالنشاط</li> <li>- أعرف كيفية تحضير الوسائل وترتيبها في الميدان</li> <li>- أعرف الأخطار الناجمة عن سوء التصرف عند الاصطدام بزميل أو خصم وكيفية تقاديه</li> <li>- أفكّر قبل أن أتسرع في التنفيذ (حسابات سمعية بصرية وتقديرات خلال النشاط)</li> <li>- أعرف قواعد الأمان المرتبطة بالنشاط وحسن التصرف عند مواجهة خطر</li> </ul>	<b>ما زا تعلمت؟</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- شاركت كلاعب في النشاط</li> <li>- قمت بمهام التسيير والتنظيم من خلال التحكيم ومهام قائد الفريق.</li> <li>- احترمت قواعد اللعبة وقرارات الحكم وخطة الفريق المنتهجة.</li> <li>- احترمت الخصم.</li> <li>- احترمت الحكم.</li> <li>- احترمت زملائي وأزرتهم في العمل الجماعي من أجل النجاح والفوز</li> </ul>	<b>ما زا فعلت؟</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- لاحظت التطورات التي تحصلت عليها خلال العمل والمثابرة</li> <li>- لاحظت أنني تمكنت من احتساب النقاط</li> <li>- لاحظت أنه تم اختياري من طرف زملائي لأشاركهم في اللعب بفضل مهاراتي وقدراتي</li> <li>- لاحظت أنني أشارك بذكاء وعدم الارتجال حيث استعملت الطرق العلمية والمنهجية في العمل</li> <li>- لاحظت أنني أستطيع التحكم في بطاقة الملاحظات والتعامل مع مجريات العمل</li> </ul>	<b>ما زا لاحظت؟</b>

# نشاطات الجري

## الجري الطويل

قواعد الحركة	مؤشرات النجاح
<ul style="list-style-type: none"> <li>1- التعرف على كيفية مراقبة نبضات القلب</li> <li>2- التعرف على كيفية التحكم في السرعة لتنظيم الإيقاع أثناء الجري</li> <li>3- إدراك الوقت والمسافة بالنسبة إلى السرعة المستعملة</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1- إذا كانت النبضات تتراوح بين 120 و 160 نبضة في الدقيقة فهذا يدل على الحالة الطبيعية للجسم</li> <li>2- انتظام أوقات المرور في نفس المسافة</li> <li>3- التمكن من تغطية الوقت أو المسافة المقرر إنجازها طبقاً للهدف المسطر (المشروع)</li> </ul>

السنة الاولى متوسط	السنة الثانية متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الرابعة متوسط
<ul style="list-style-type: none"> <li>. تطوير تقنيات الجري</li> <li>. الجري بدون انقطاع لمدة 12 دقيقة</li> <li>. تنظيم وتسير العمل ومعرفة القدرة والإمكانيات الفردية</li> <li>. تنظيم وتسير العمل ومعرفة القدرة والإمكانيات الجماعية</li> <li>. التدريب على التنافس (مراقبة الجهد والرغبة في الانتصار)</li> <li>. منافسات النصف الطويل أو العدو في الهواء الطلق</li> <li>. التحضير للجهد (معنى التسخين والاسترخاء)</li> <li>. تحضير منافسة وتسخيرها</li> <li>. الرقم القياسي في تحدي المسافات</li> <li>. الرقم القياسي في تحدي الزمان</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. مراقبة الإيقاع</li> <li>. تقدير الزمان والمكان</li> <li>. الإيقاع الفردي</li> <li>. الإيقاع الجماعي</li> <li>. مراقبة وتسوية الإيقاع الفردي بالنسبة لمعالم مطروحة في الميدان</li> <li>. مراقبة وتسوية الإيقاع الجماعي بالنسبة لمعالم مطروحة في الميدان</li> <li>. تغيير الوتيرة</li> <li>. إدراك إيقاع الانطلاق</li> <li>. إدراك إيقاع التنقل وتسويته</li> <li>. إدراك إيقاع الوصول</li> <li>. التناوب على قيادة مجموعة عمل (الفيلق)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. تحسين تقنيات الجري المريح</li> <li>. صقل حركي</li> <li>. تنمية القدرة الهوائية</li> <li>. العمل بالمسافات</li> <li>. تنمية القدرة الهوائية</li> <li>. العمل بالوقت</li> <li>. تنمية القدرة الهوائية</li> <li>. إضافة حواجز في المسلك</li> <li>. تنمية القدرة الهوائية</li> <li>. ألعاب التناوب بين الأفواج</li> <li>. الغير المتكافئة</li> <li>. تنمية القدرة الهوائية</li> <li>. ألعاب التناوب وعمل فعلي بين أفواج متكافئة</li> <li>. تنمية القدرة الهوائية</li> <li>. تنمية فكرة العمل / راحة واسترخاء</li> <li>. تحمل الجهد في مواقف تقتضي العمل المستمر دون انقطاع (عنصر المسافة والوقت)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. تعلم أبجديات الجري (تقنيات الجري الأساسية)</li> <li>. ألعاب المداومة</li> <li>- ألعاب التكرار</li> <li>- ألعاب في مختلف المسالك ذات حواجز وبيونها</li> <li>. ألعاب المداومة بالوقت</li> <li>. عمل بالأفواج</li> <li>. الألعاب الإيقاعية في مسالك مغلقة</li> <li>. سباقات الملاحقة على شكل تناوب بين الفرق</li> <li>. تعلم تقدير الوقت</li> <li>. تقدير المسافات</li> <li>. تقدير زمني فضائي</li> <li>. تعلم كيفية مراقبة الإيقاع</li> <li>. تعلم كيفيات مراقبة عمل القلب</li> <li>. منافسة حول تغطية مسافة في زمن ممك</li> </ul>

# الجري السريع

قواعد الحركة	مؤشرات النجاح
<ol style="list-style-type: none"> <li>1- قطع مسافة 60 م بعدد من الخطوات مماثل لـ <math>4 \times 15</math> م.</li> <li>2- إنجاز نفس الوقت عند تكرار مسافة معينة مثلاً: <math>20 \times 2</math> م ("6")</li> <li>3- المحافظة على الجري في الرواق.</li> <li>4- التركيز على أوامر مسؤول الانطلاق سرعة التنفيذ بعد سماع إشارة الانطلاق</li> <li>5- عدم الخفض من السرعة قبل الوصول.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- معرفة سعة الخطوات</li> <li>2- معرفة وتيرة الخطوات</li> <li>3- استقامة الجذع وعمل الأطراف والنظر نحو الأمام</li> <li>4- ربح الوقت عند الانطلاق</li> <li>5- المحافظة على السرعة حتى نهاية السباق</li> </ol>

## معالم فنية كمرجعية تساعد على تحقيق الكفاءات

السنة الرابعة متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الثانية متوسط	السنة الأولى متوسط
<ul style="list-style-type: none"> <li>. تحسين الرغبة في سرعة التنقل</li> <li>. تحسين سعة الخطوات</li> <li>. تقوية عضلية وأجهزة الدعم (أبجديات)</li> <li>. تحدي المواجهة (سباقات السرعة بين 2 - 3 ..... 4 )</li> <li>. المواجهة الجماعية (التناوب على مسافة 30 - 40 - 50 متر...)</li> <li>. الانطلاق / الجري / الوصول</li> <li>. تحدي الزمان (الرقم القياسي)</li> <li>. تنظيم منافسة وتسخيرها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. تحسين تقنيات الجري</li> <li>- استقامة الجسم</li> <li>- الجري في المحور</li> <li>- عمل الأطراف</li> <li>- التنفس</li> <li>. الزيادة في السرعة بانتظام</li> <li>. التحكم في الجسم عند التنقل السريع</li> <li>- فردية</li> <li>- جماعيا (التناوب)</li> <li>. مقاومة الجهد</li> <li>(الإعادات والتكرار)</li> <li>. الدفع</li> <li>. الانطلاق</li> <li>. الاستجابة لإعazات الانطلاق</li> <li>. التحضير لاستقبال الشاهد من عند الزميل</li> <li>. العمل في منطقة تسليم الشاهد</li> <li>. الرغبة في التنافس</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. الجري في المحور</li> <li>. تعلم التنفس الصحيح</li> <li>. تعلم التنسيق بين الحركات أثناء السرعة</li> <li>. الإحساس بعمل الدائم (الارتكازات)</li> <li>. تنمية السعة الحركية</li> <li>. تقدير الزمن في الفضاء بفضل جري سريع في مسافة محددة</li> <li>. الاستجابة لمؤشر أو مؤثر باستعمال:</li> <li>- الانطلاق من وضعية وقوف</li> <li>- الإطلاق من وضعية منحنية</li> <li>- الانطلاق من وضعية الجثو</li> <li>. فكرة عن الانطلاق والوصول (مراقبة الجهد/الوتيرة / عمل القلب).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. تعلم أبجديية الجري (تقنيات الجري السريع)</li> <li>. الجري المستقيم</li> <li>. تعلم الانفعال</li> <li>. تعلم الإسراع</li> <li>. تنمية الإحساسات والانفعالات بواسطة الألعاب فردي / جماعي</li> <li>. تعلم السرعة في مسافات صغيرة</li> <li>. ألعاب التناوب (الاستجابة والإسراع)</li> <li>. ألعاب تقدير الزمن</li> <li>. ألعاب تقدير المسافات</li> <li>. تعلم الجري في المحور</li> <li>. تعلم الاستجابة لمؤشر أو مؤثر خارجي</li> <li>. تعلم متى يكون الانطلاق</li> </ul>

## الوثب الطويل

قواعد الحركة	مؤشرات النجاح
1- تحويل خفة الجسم بعد الارتكاز والدفع إلى أبعد 2- وتيرة السرعة في تزايد 3- صحة أخذ المعالم والإشارات (خطوات الاقتراب) 4- سقوط متزن وآمن بعد الوثب	1- العمل بالذراعين لمساعدة الارتفاع 2- الوصول بأقصى سرعة إلى لوح الارتفاع 3- وضع الرجل فوق اللوح لا بعده ولا قبله 4- السقوط على الرجلين وعدم الرجوع إلى الوراء

### معالم فنية

كرم جع يساعد في تحقيق الكفاءات

السنة الاولى متوسط	السنة الثانية متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الرابعة متوسط
<ul style="list-style-type: none"> <li>. أبجديات الوثب ( مختلف الفرزات )</li> <li>. السرعة المتزايدة للأقتراب وتنسيقها بالدفع والارتفاع</li> <li>. خطوات الاقتراب المشخصة بعد اختيار العدد المناسب لكل تلميذ</li> <li>. تصحيح تقنية الوثب الامتدادية بعد اقتراب منسجم</li> <li>. تعليم تقنية الوثبة المقصية</li> <li>. مراقبة وتصحيح الوثبة الامتدادية والمقصية بكل المراحل</li> <li>. فكرة عن الرقم القياسي - تنافس جماعي - تنافس فردي</li> <li>. تنظيم وتنسيق منافسة .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. أبجديات الوثب . تطوير وتحسين الإحساسات نحو الأعلى ونحو الأبعد (وسائل بيداغوجية )</li> <li>. السقوط الصحيح وتجنب الارتماء ( وسائل بيداغوجية )</li> <li>. التقرب ، الدفع والارتفاع من 3 ثم 5 ثم 7 خطوات (وسائل بيداغوجية لتحسين الاستهداف بالركلة )</li> <li>. التقرب - ارتفاع - سقوط</li> <li>. استعمال وسائل بيداغوجية من أجل تحسين الدفع للأمام )</li> <li>. تحسين خطوات الاقتراب بالنسبة للوح الدفع (تعديل سعة الخطوات والتقارب من 5-3-7-11 خطوة )</li> <li>. الفزعة الامتدادية ( دفع الجسم إلى أبعد بصحبة الخطوات ودوران الذراعين ) .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. تعلم كيفية تنظيم العمل . وثبات بسيطة بعد اقتراب صغير</li> <li>. تعلم امتداد الجسم وعمل الدفع والذراعين ( الهيئة )</li> <li>. تعلم كيفية التقرب إلى لوح الدفع</li> <li>. تعديل الخطوات بالنسبة للوح الارتفاع</li> <li>. الارتكاز الصحيح من لوح الدفع</li> <li>. الارتفاع</li> <li>. تنسيق دفع / ارتفاع</li> <li>. تنظيم خطوات الاقتراب المناسبة</li> <li>. عدد تدريجي للخطوات</li> <li>. تحقيق وثبة شاملة بأقل خطاء ممكن</li> <li>. البحث على أبعد نقطة</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. تعلم أبجديية الفرز . التحكم في الارتكازات</li> <li>. ألعاب التوازن . عمل الإحساسات</li> <li>. ألعاب الفرزات بحواجز</li> <li>. ويدونها</li> <li>. التحكم في الارتكازات في وضعيات سبه معقدة</li> <li>. تركيب جري / فرز</li> <li>. تتميمه وتطوير التنسيق الحيوي العام</li> <li>. التحكم في الجسم في الفضاء الحر ( تسلسل حركي مناسب لنوعية الوثبة )</li> <li>. إدراك الرجل القوية</li> <li>. إدراك زمني فضائي</li> <li>. والوثب في فضاء محدود</li> <li>. الفرز لأعلى وأبعد</li> <li>. تحضير الوثبة ( مقاييس أولية: الاقتراب )</li> </ul>

قواعد الحركة	مؤشرات النجاح
<p>1- تحويل خفة الجسم بعد الارتكاز والدفع إلى أعلى      2- وتيرة السرعة في تزايد      3- صحة أخذ المعالم والإشارات (خطوات الاقراب)      4- سقوط متزن وآمن بعد الاجتياز</p>	<p>1- العمل بالذراعين لمساعدة الارتفاع      2- الوصول بأقصى سرعة إلى منطقة الارتفاع      3- وضع الرجل في المكان المناسب للارتفاع      4- السقوط على الظهر وعدم تكorum الجسم</p>

معالم فنية			
السنة الرابعة متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الثانية متوسط	السنة الأولى متوسط
<p>. أبجديات الوثب      - تعدد الوثبات      - الحفاظ على التنسيق      - الحفاظ على التوازن      . تعلم الوثبة من الظهر      . التجنب بالحوض      والسوقوف على الكتف      والتقادي بالكعبين      . الدوران الأفقي أمام      العارضة، الاستقبال على      الظهر بعد الارتفاع لأعلى      بدفع الركبة الماجمة مع      اختيار الرجل المناسب      للدفع (الصحيحة )      للتنسيق      . دفع/ارتفاع/دوران/تكور/      تجنب العارضة/سقوط      على الظهر      (عارضه منخفضه )      اقتراب/دفع/دوران      من 7/5 خطوات      . اقتراب/دفع/دوران/قفز      من 3/5 خطوات على      عارضة منخفضه      . اقتراب/دفع/دوران/قفز      من 3/5 خطوات      عارضة متزايدة الارتفاع      . القفز الاختياري      (تنافس )</p>	<p>. أبجديات الوثب      ( تعدد الوثبات )      . تطوير وتحسين      الإحساسات      ( إلى أعلى مع استعمال      وسائل بيداغوجية )      . الفرزة المقصبة      ( تجنب العارضة والسوقوف      بعدم الارتفاع )      . تعديل خطوات الاقراب      3-7 خطوات وتجنب      الاحتكاك بالعارضه      ( استعمال وسائل      بيداغوجية )      . الارتفاع لأعلى      ( هجوم / تجنب العارضة      وتحسين الحركة المقصبة )      . اختيار الاقراب المناسب      ( عارضة منخفضه )      . توظيف الاقراب      الشخصي مع تزايد في علو      العارضة ( خلق روح      التنافس )</p>	<p>. تعلم كيفية تنظيم العمل      . وثبات بسيطة بعد اقتراب      صغير: مقصي/صدرى/ظهرى      . تعلم امتداد الجسم وعمل      الدفع والذراعين (المهيبة)      . تعلم كيفية التقرب إلى      منطقة الدفع والعارضه      . تعديل الخطوات بالنسبة      لمنطقة الارتفاع      . الارتكاز الصحيح من      منطقة الدفع      . الارتفاع      . تعلم كيفية اجتياز      عارضة منخفضه      . تنسيق دفع/ارتفاع/اجتياز      المناسبة      . تنظيم خطوات الاقراب      المناسبة      عدد تدريجي للخطوات      . تحقيق وثبة شاملة بأقل      خطاء ممكن      . البحث على أعلى نقطة</p>	<p>. تعلم أبجدية القفز      . التحكم في الارتكازات      ألعاب التوازن      . ألعاب التنسيق      . عمل الإحساسات      ألعاب القفزات بحواجز      وبدونها      . التحكم في الارتكازات      في وضعيات سبه معقدة      تركيب جري / قفز      . تنمية وتطوير التنسيق      الحيوي العام      . التحكم في الجسم في      الفضاء الحر ( تسلسل      حركي مناسب لنوعية      الوثبة )      . إدراك الرجل القوية      . إدراك زمني فضائي      والوثب في فضاء محدود      . القفز لأعلى وأبعد      . تحضير الوثبة ( مقاييس      أولية: الاقراب )</p>

# نشاط رمي الجلة

قواعد الحركة	مؤشرات النجاح
1- وضع الجلة تحت العنق 2- الكتف إلى الوراء حتى الارتكاز الأخير 3- تحويل قوة الرجلين إلى باقي الجسم (النابض) 4- عدم التباطؤ في تنفيذ الحركة من البداية إلى النهاية	1- وضع الجلة فوق الأصابع، تحت العنق، والمرفق 2- معاينة مساحة السقوط قبل الرمية 3- مسار الجلة نحو الأمام 4- الإحساس بقوة الرزح المؤثرة على سرعة تنقل الجسم

السنة الرابعة متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الثانية متوسط	السنة الأولى متوسط
<ul style="list-style-type: none"> <li>. أبجديات الرمي</li> <li>. الدفع باستعمال تقنية الزحف الجانبي</li> <li>- تحسين</li> <li>- مراقبة وتصحيح</li> <li>- توازن وتنسيق</li> <li>. تغيير الارتكاز بعد التثبيت</li> <li>استغلال وضعية النابض والتنسيق بين دوران الحوض والكتف ثم الدفة</li> <li>. إدراك القوة خلال نشاط الحركة المفتعلة من قوة موجهة من أسفل لأعلى</li> <li>. الرمي من مساحة الرمي القانونية</li> <li>. تنمية الحركة الشاملة</li> <li>تحسناً لأحسن نتيجة ممكنة</li> <li>. تنظيم وتسخير منافسة</li> <li>- قوانين</li> <li>- الإطار التنظيمي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. أبجديات الرمي (تعدد الرميات)</li> <li>. تحسين الإحساسات</li> <li>- رفع الثقل</li> <li>- حمل الثقل</li> <li>- دفع الثقل (أرضا)</li> <li>- التثقل بالثقل... الخ</li> <li>تنمية القوة عن طريق ألعاب نسعي بها إلى إدراك</li> <li>البعد تأثير بقوة الذراع والجسم (الدفع بطريقة حرجة من المنطقة)</li> <li>. تنمية القوة</li> <li>الرمي الجانبي من الثبات مع تصحيح ذاتي عن طريق ألعاب الرمي إلى</li> <li>بعد منطقة ممكنة</li> <li>. التحكم في وضعيات الجسم أثناء التثقل الجانبي (الرزح)</li> <li>. التثبيت بعد الرزح (لوج التوقف)</li> <li>. التثبيت بعد الرزح مع تغيير الارتكاز</li> <li>(تحويل وضعيات الأرجل)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. تحسين المكتسبات</li> <li>. استعداد تقني / بدئي</li> <li>. مساك صحيح للجلة</li> <li>. وضع صحيح للجلة (تحت العنق)</li> <li>. إنفاذ الجسم عند التحضير للحركة النهائية</li> <li>. تعلم الحركة النهائية</li> <li>. تعلم التوازن عند التحضير و عند التثقل</li> <li>. الرمية الجانبية</li> <li>. تعلم الرمي من إطارها المحدود</li> <li>. تقدير مسار الرمي من منطقة الرمي</li> <li>. وضعية النابض وامتداد الجسم و توازن قوة الرمي</li> <li>. تنسيق حركي شامل(الرمي الجانبي من الثبات)</li> <li>. رمية جانبية بعد التحضير</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. تعلم أبجديية الرمي</li> <li>. التأقلم مع الوسائل</li> <li>. ألعاب الرمي (بالكور</li> <li>. المطاطية والجل الخفيف)</li> <li>. عمل الإحساسات</li> <li>. (تقدير) القوة والجهد</li> <li>. إدراك أثر القوة على الآلة في الفضاء</li> <li>. تنظيم كفiciات الرمي من الجانب الأمامي والسلوكيات المميزة للعمل في فضاء الممارسة</li> <li>. تعلم كيفية تنظيم الجهد</li> <li>. أثناء الرمي</li> <li>. التأكيد على اليد الرامية</li> <li>. الإحساس ببنية الرمي</li> <li>. الرمي الأمامي</li> <li>. الرمي الجانبي</li> <li>. تركيب حركي لرمية سليمة من منطقة محددة</li> <li>. البحث على بعد نقطة</li> </ul>

**المعرف المرتقبة في نهاية الوحدة التعليمية**  
**مشتركة**  
**بين النشاطات الفردية**

<ul style="list-style-type: none"> <li>- أعمل بالتوصيات المرتبطة بالجري، القفز والرمي (مثل الجري والبقاء في الرواق، الدفع بالرجل الواحدة، الرمي من تحت العنق الخ...)</li> <li>- أعرف كيفية مراقبة نبضات القلب وكذا شدة العمل</li> <li>- أعرف وثيرة الجهد وضبط أوقات المرور.</li> <li>- أعرف كيف أرافق وأقيم تطوراتي باستعمال بطاقة الملاحظات</li> <li>- أعرف كيف استرخي قبل الشروع في العمل (قبل الانطلاق)</li> <li>- أعرف مميزات كل النشاطات وخصائصها الفنية</li> </ul>	<b>ماذا تعلمت؟</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- وضعت المعلم والمؤشرات بترتيب خطوات الاقراب</li> <li>- انتبهت جيداً للمؤشرات الخارجية والإشارات قبل الانطلاق</li> <li>- استطعت من تنظيم وتسوية وثيرة وإيقاع الجري</li> <li>- حضرت نفسي بدنياً وتمكنت من الاسترجاع بعد الجهد</li> <li>- عملت بالنصائح والتوجيهات واستنتجت مدى أهميتها في تحقيق النجاح</li> <li>- تأقلمت مع عمل الجماعة والمحيطات</li> <li>- شاركت في العمل الفردي والجماعي بصفة نشطة وحيوية</li> <li>- قمت بإنتاج عمل متواصل وصحيح ومنتظم في الزمان والمكان</li> </ul>	<b>ماذا فعلت؟</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- أتيت أستطيع أخذ المعلومات الضرورية حول العمل والزملاء</li> <li>- أتيت لاحظت كيفيات التحرك والتنقل بالنسبة لكل نشاط</li> <li>- أتيت استطعت استغلال بطاقة الملاحظات</li> </ul>	<b>ماذا لاحظت؟</b>

**النشاط الجمبازي**

قواعد الحركة	مؤشرات النجاح
<ol style="list-style-type: none"> <li>1- أثناء الدرجة: النظر نحو البطن والتأثير على الذراعين والرجلين</li> <li>2- أثناء التحكم : البحث على الاستقامة والتوازن</li> <li>3- بعد التكور : النظر نحو اليدين والحفاظ على الذراعين والرجلين ممدودتين</li> <li>4- خلال القفز : استعمال الذراعين من أجل التوازن والنظر إلى الأمام بعيداً</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- الجسم مكور (كرة تتحرك)</li> <li>2- عدم التحرك لمدة "2"</li> <li>3- الحفاظ على استقامة أو امتداد الجسم</li> <li>4- السقوط متزن</li> </ol>

## معالم فنية

### كمرجع يساعد في تحقيق الكفاءات

السنة الرابعة متوسط	السنة الثالثة متوسط	السنة الثانية متوسط	السنة الأولى متوسط
<ul style="list-style-type: none"> <li>• تحسين المكتسبات</li> <li>• استدراك النقصان من طرف التلاميذ نفسهم</li> <li>• العمل بالسند والمساعدة</li> <li>• إنجاز تسلسل حر من 08 حرکات جمبازية</li> <li>• اختيار جماعي على مستوى الفريق الواحد</li> <li>• تنفيذ تسلسل موجة من الدرجة الأولى ( فكرة تنافسية )</li> <li>• تقدير وتقدير الحركات الجمبازية ( الصعوبة )</li> <li>• تنافس</li> <li>• تحكيم</li> <li>• تقدير</li> <li>• تنظيم وتسخير منافسة في الجمباز الأرضي فردي من الدرجة الأولى</li> <li>• تنظيم وتسخير منافسة في الجمباز الإيقاعي</li> <li>• ( تسلسل جماعي من الدرجة الأولى )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تحسين الأساسيات           <ul style="list-style-type: none"> <li>- الدحرجات</li> <li>- المرجحات</li> <li>- الدوران.... الخ</li> </ul> </li> <li>• إدماج وضعية اللوح مع المكتسبات السابقة</li> <li>• تعلم الدرجة الأمامية القافزة وإدماجها مع المكتسبات</li> <li>• تعلم الوقوف على الرأس وإدماجها مع المكتسبات</li> <li>• خطوات الاستعداد/ ارقاء / دوران</li> <li>• تنسيق الاستعداد مع حرکات من اختيار التلاميذ</li> <li>• تسلسل من 06 حرکات جمبازية</li> <li>• تسلسل جماعي ( إيقاع جماعي ) من 08 حرکات جمبازية مع إيقاع موسيقي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تحسين المكتسبات</li> <li>• تقوية عضلات البطن والظهر</li> <li>• تحسين المرونة العضلية والمفصلية</li> <li>• تعلم التوازن الثابت والتوازن المار</li> <li>• تطوير الدحرجات الأمامية والخلفية</li> <li>• تعلم العجلة</li> <li>• تطوير الإرقاءات والدوران العمودي</li> <li>• تنسيق بين 03 حرکات مكتسبة</li> <li>• تنسيق بين جميع الحركات المكتسبة</li> <li>• تسلسل صغير موجة</li> <li>• تسلسل صغير حر</li> <li>• تنسيق التسلسل مع إيقاع موسيقي</li> <li>• تسلسل جماعي ( إيقاع جماعي )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تعريف التلاميذ لمختلف الوضعيات الجسمية تأتي على شكل ألعاب</li> <li>• الشعور بمركز ثقل الجسم، الارتكازات، التوازن، التقرب تأتي عن طريق ألعاب مسالك حركية ترتب فيها ألعاب تدفع للجلوس، المشي، الارتفاع، تغيير الاتجاه، التوازن، الدوران، التعلق، التسلق... الخ.</li> <li>• تعلم حرکات جمبازية أساسية: ارقاء/قفز ، درجة أمامية، خلفية، الأواح.... الخ.</li> <li>• تحسين الوضعيات الأساسية</li> <li>• كشف تسلسل جمباز بسيط ( 02 إلى 05 حرکات )</li> <li>• تحسين التسلسل وإدراك قواعد التقديم.</li> </ul>

### المعرف المرتبة في نهاية الوحدة التعليمية مشتركة للنظام الجمبازي

<ul style="list-style-type: none"> <li>- اعرف القواعد</li> <li>- أعرف درجة المستويات لكل ما تعلنته في النشاط الجمبازي</li> <li>- أعرف كيفية التسخين الخاص بكل جزء من الجسم (الظهر مثلا لحماية العمود الفقري)</li> <li>- أعرف كيف أساند وأساعد زملائي</li> <li>- أعرف متطلبات الجمباز من حيث التصحيح، التسلسل، استغلال الفضاءات الخ....</li> </ul>	<p><b>ما زلت تعلم؟</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كنت نشيطا في عملي</li> <li>- ساعدت ولا حظت زملائي خلال العمل</li> <li>- أعرف كيف أنفذ الحركة بكل أمان بالنسبة لي ولزملائي</li> <li>- أنتجت عمل منظم وصحيح</li> </ul>	<p><b>ما زلت فعلت؟</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لاحظت الحركة وتموقع زملائي خلال تنفيذ الحركات بالنسبة للبساط</li> <li>- عرفت كيف أستعمل بطاقة الملاحظات وأتابع تطوراتي وكذا تطورات الزملاء</li> <li>- أنتي أعمل بجدية واحترام حركات التسلسل الذي أنجزته في الميدان</li> <li>- أنتي أستطيع إدراك وحساب الوقت ذهنيا خلال تأدية الحركات</li> </ul>	<p><b>ما زلت لاحظت؟</b></p>
---	--	---	-----------------------------

# التقييم التربوي

يساير التقييم التربوي المسار التعليمي ويستهدف 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، طبقاً لما ترمي إليه المقاربة بالكفاءات، و التي تعتمد على عنصر "التقييم" من خلال النتائج المتمثلة في السلوكيات المنبثقه من عملية التعلم:

## كيفية تقييم الكفاءة

- تحديد العناصر التي لها علاقة بالكفاءة المستهدفة (المؤشرات) و الحكم على نجا عنها خلال مراحل التعلم.
- تقييم الفعل السلوكي خلال مراحل الإنجاز (الحالات التعلمية).
- تقييم الانسجام والتجانس بين الأفعال السلوكية والكفاءة التي انبثقت منها: التجانس.
- تقييم إنجاز الكفاءة في مجالها الحيوي (سياقها)الممتد في الزمان والمكان (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 ناجع يسمح بمواصلة عملية التعلم الفردي و الجماعي وبلغ الكفاءة المنشودة ( تقويم عملية التكوين باستعمال المعالجة و التسوية ).

\* تسمح الملاحظة للأستاذ بـ:

- تقييم التلاميذ خلال عمل الأفواج.

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

ـ تفاصيلهم و تفاصيلهم مع الحالات التعليمية المقترنة.

ـ التواصل بينهم خلال إنجاز عمل مشترك (التعاون، التضامن، التشاور....).  
ـ المشاركة الجماعية (هل هناك تهميش أو انعزال عن الفوج، المشاركة مع الزملاء أو حالات أخرى).  
ـ هل هناك اهتمام، رغبة، حيرة، تساؤل، التزام، ظهور سلوكيات تدل على حب العمل أو الاستياء منه ؟  
ـ ما نوع العلاقة الموجودة بين أعضاء الفريق الواحد، هل هي وطيدة أو سطحية أو أخوية أو محرفة ؟  
ـ 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 التشكيلي.
- تقييم قيمة الاتصال والتواصل بين أعضاء الفريق الواحد وبين 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 المنتوج 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 للתלמיד؟
- وهل 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 بالתלמיד إلى إيجاد حلول شخصية لمشاكلهم في الميدان؟
- هل سمحت للطالب 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 بالطالب للعمل الجدي و الإبداع بالرغبة.
- تقييم طرق إدماج التلاميذ و وسط المجموعة أو فريق مهما كان المستوى والمزاج

## 3- تقييم الكفاءات

- تقييم قدرات التعاون ( مهارات اجتماعية ).
- تقييم القدرات المتعلقة بإنجاز مهمة خلال عملية تعلم ( مهارات معرفية ).
- تقييم القدرات المتعلقة بالعلاقات خلال العمل.
- تقييم المعرف الموظفة من أجل تنمية مختلف المهارات خلال عملية تعلم.
- تقييم الميكانيزمات الخاصة بـ:
- وضع الثقة و الاحترام المتبادل لتعلم مهارات جديدة.
- تكيف الوضع والوسائل لتنمية المهارات الحركية، المعرفية والاجتماعية.
- اختيار الوسائل و الدعم المستعمل لعمل يتعلق بمهمة مسندة للطالب.
- 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 المعقّدة ( وضعيات الإشكال )

يقيم التلميذ خلال نشاطه ( في وضعيات إشكال التي تدفع به إلى التعلم ) طبقاً للمؤشرات الأساسية التالية:

**1- الكفاءات المعرفية الخاصة بالتأديب.**

فهم جوانب المواجهة، مغزى التعاون و التضامن خلال العمل الجماعي، الذي يشترط استعمال المكتسبات و المؤهلات الذاتية لحل العقدة ( المشكل ) الذاتية أولاً، 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 بجذب 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 [ ] القيام بأدوار ومهام داخل الورشة أو الفوج
- التسيير [ ]

## صيورة عملية التقييم

يرمي التقييم المساير 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 مستوى المهاري طبقاً لمعالم يتم تحديدها مسبقاً من جهة أخرى.

يستوجب التقييم تبني لغة الحوار والتشاور بين طرف في عملية التعلم (الأستاذ والتلميذ) بصفة دائمة ومستمرة فالتقييم عملية تكوينية في حد ذاته، وعنصراً إستراتيجياً في مفهوم التربية والتقويم، يسمح بقياس منتوج التلاميذ خلال مراحل التعلم (التكوين)، و الإدلاء بالحكم في بداية، خلال و في نهاية كل مرحلة تعلمية.

### نموذج تباني 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 فردياً أو جماعياً، حسب رغبة الأستاذ في إعطاء تقديرات تدل على مدى بلوغ التلاميذ إلى المستوى المستهدف في نهاية مرحلة التعلم (الكفاءة) عناصر التقدير هي</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>السلوكيات</li> <li>المهارات</li> </ul>	<p>عملية شخصية، ليست مستقلة عن إنتاج التلميذ. يسمح بتقدير منتوج كل تلميذ عن طريق سلم تنقيط يقاس على معدل نتائج كل التلاميذ في نشاط معين من خلال عملية كشف أولي أو نهائي أين تكون :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>المسافة</li> <li>الوقت</li> <li>الأخطاء</li> <li>عناصر للتقدير.</li> </ul>	<p>معرفة المستوى الأولي للتلاميذ يتم عن طريق "كشف"</p> <p>يساير عملية التعلم (التكوين) يرمي إلى التعديل والمعالجة (التقويم)</p> <p>يعرفنا عن مدى تحصيل التلاميذ خلال مرحلة التعلم (مقارنة مع المستوى الأول)</p>	<p>تشخيصي</p> <p>تكويني</p> <p>تحصيلي</p>	<p>تخطيط المشروع</p> <p>تطبيق المشروع</p> <p>إعطاء حكم نهائي حول تطبيق المشروع</p>	<p>قبل مرحلة التعلم.</p> <p>خلال التعلم</p> <p>في نهاية مرحلة التعلم</p>
<p>تقييم إستراتيجية التعلم (نظامي) :</p> <p>إعطاء حكم حول نجاعة عناصر البرمجة، المحتويات، المنهجية، استعمال الوسائل، تطبيق النصوص (التعليمات و التوجيهات).</p>					

النوع	النوع	النوع	النوع
النوع	النوع	النوع	النوع
النوع	النوع	النوع	النوع
النوع	النوع	النوع	النوع
النوع	النوع	النوع	النوع

### كيفية التقييم ( تقييم النتائج )

تلميذ السنة الرابعة متوسط مقبل في نهاية الدراسة على إجراء امتحان شهادة التعليم المتوسط أين يمتحن في سباق السرعة. رمي الجلة والقفز الطويل واستجابة للتحصيل النوعي في هذه الاختصاصات الرياضية نجل التقييم التحصيلي لاستعداد التلميذ المترشح لمعنى الامتحان النهائي ويكون على النهج التالي:

العلامة التحصيلية ( 12 ) نقطة + العلامة التصرفية ( 08 ) نقاط = العلامة / ..... 20.

\***كيفية استخراج العلامة التصرفية**  
وتمثل في تقييم سلوكيات التلميذ أثناء الإنجاز. انطلاقاً من أربع مستويات متدرجة في الصعوبة تميزها مؤشرات تسمح بتقدير مكتسبات التلميذ وتصنيفه ضمن واحد من هذه المستويات.

المستوى	التصفات المميزة				القيمة	التقدير
الأول	القيام بحركات لا علاقة لها بالنشاط	01	02			
	تنفيذ بعض الحركات الخاصة بالنشاط من دون انسجام	03	04			
	القيام بمعظم الحركات الخاصة بالنشاط بانسجام نسبي فيما بينها	05	06			
	القيام بكل الحركات الخاصة بالنشاط بصفة صحيحة ومنسجم	07	08			
العلامة التصرفيه				08 / 06		

• كيفية استخراج العلامة التصرفيه ..... 12 /  
بالنسبة لكيفية استخراج العلامة التصرفيه في النشاطات الفردية (ألعاب القوى) خلال السنة الرابعة متوسط يتم استئثار سلم التنقيط المكيف (المدرج في الوثيقة المرافقة للمنهاج).

### مقياس التنقيط الخاص بالنشاطات الفردية السنة الرابعة متوسط الذكور

النقط	السرعة	الجلة الطويلة	القفز	التطور الحاصل	النقطة	السرعة	الجلة	وثب
	م 40	م 50	م 60	3 كلغ	النقطة	السرعة	الجلة	سم سم /100
				25%				
8.00	7.50	7.00	6.50					
7.50	7.00	6.50	6.00					
5.50	5.00	4.50	4.00					
5.00	4.50	4.00	3.50					
4.50	4.00	3.50	3.00					
4.00	3.50	3.00	2.50					
3.50	3.00	2.50	2.00					
3.00	2.50	2.00	1.50					
2.50	2.00	1.50	1.00					
2.00	1.50	1.00	0.5					
1.50	1.00	0.5		25%				
1.00	0.5							
0.50								

الإناث

التطور الحاصل			القفز الطويل	رمي الجلة	السرعة			النقط
وتب	جلة	سرعة	النقط	3 كلغ	م 60	م 50	م 40	
سم	سم	/100	25%					
+	+	+	4	4.00	7.90	9‘‘50	8‘‘00	6‘‘50
15	30	30	3	3.95	7.70	9‘‘60	8‘‘10	6‘‘60
10	20	20	2	3.90	7.50	9‘‘70	8‘‘20	6‘‘70
5	10	10	1	3.85	7.30	9‘‘80	8‘‘30	6‘‘80
50%								
+	+	+	4	3.80	7.10	9‘‘90	8‘‘40	6‘‘90
70	175	1‘‘05	3,5	3.70	6.85	10‘‘05	8‘‘55	7‘‘05
60	150	90	3	3.60	6.60	10‘‘20	8‘‘70	7‘‘20
50	125	75	2,5	3.50	6.35	10‘‘35	8‘‘85	7‘‘35
40	100	60	2	3.40	6.10	10‘‘50	9‘‘00	7‘‘50
30	75	45	1,5	3.30	5.85	10‘‘65	9‘‘15	7‘‘65
20	50	30	1	3.20	5.60	10‘‘80	9‘‘30	7‘‘80
10	25	15	0,5	3.10	5.35	10‘‘95	9‘‘45	7‘‘95
25%								
	+	+	4	3.00	5.10	11‘‘10	9‘‘60	8‘‘10
45	90	60	3	2.85	4.80	11‘‘30	9‘‘80	8‘‘30
30	60	40	2	2.70	4.50	11‘‘50	10‘‘00	8‘‘50
15	30	20	1	2.55	4.20	11‘‘70	10‘‘20	8‘‘70
0.50								

\* التنقيط في الأنشطة الجمبازية

يتم تقييم التلاميذ في الأنشطة الجمبازية بعد ملاحظتهم في حصص تقويمية وتحدد مكتسباً لهم حسب شبكة خاصة معدة لذلك يوضح فيها تسلسل كل الحركات.

\* كيفية التنقيط : ينقط التلاميذ في النشاط الجمبازي حسب مستويين :

1 - المستوى التنفيذي : من 15 علامة

و فيه يتم التقييم من حيث أداء الحركات حسب صعوبتها وقيمتها المبنية في جدول الحركات المرفق.

2 - المستوى الجمالي : من 05 علامات

و فيه يتم تقييم التلاميذ حسب الشبكة التقويمية التالية :

العلامة / 5	الخصائص المميزة	المستويات
1	- يتزداد في تنفيذ الحركات.	المستوى 1
2	- ينفذ الحركات البسيطة .	المستوى 2
3	- ينفذ بعض الحركات المعقّدة .	المستوى 3
4	- ينفذ وينسق كل الحركات المطلوبة.	المستوى 4
5	- ينفذ وينسق بياقان وصبغة جمالية .	المستوى 5

مقياس الحركات الجمبازية على 15 نقطة

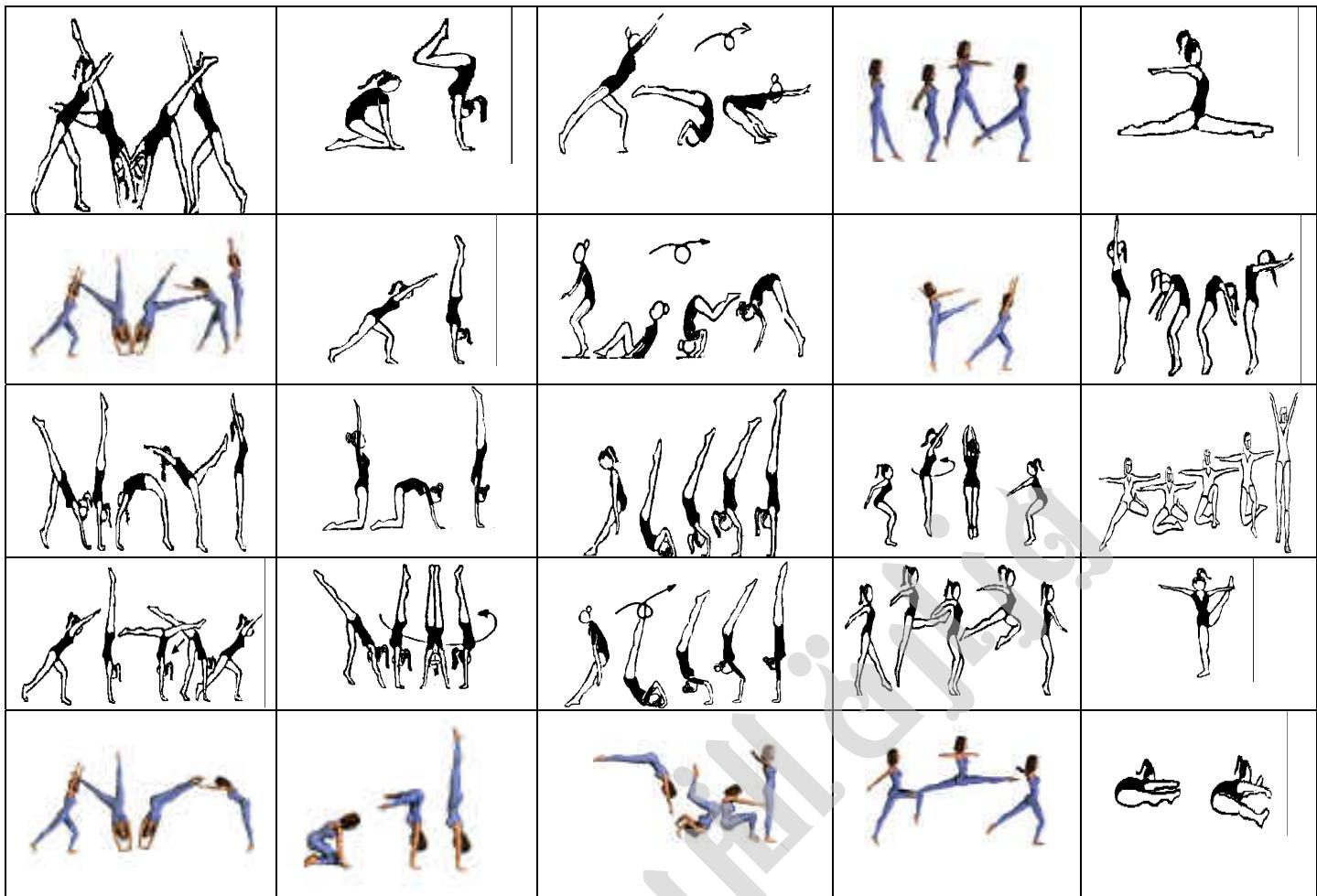
ذكور

الدوران 5 نقاط	التوازن 4 نقاط	التدحرج / 3 نقاط	الوثبات 2 نقاط	الوضعيات 1 نقطة

مقياس الحركات الجمبازية على 15 نقطة

إناث

الدوران 5 نقاط	التوازن 4 نقاط	التدحرج / 3 نقاط	الوثبات 2 نقاط	الوضعيات 1 نقطة



\* التنقيط في الأنشطة الجماعية

يتم تقييم التلميذ في الألعاب الجماعية بعد ملاحظتهم في حصص تقويمية وتحديد مكتسباً لهم وترتيبهم حسب شبكة المستويات المعدة لذلك ، وترجمة المستوى إلى العلامة المناسبة .

شبكة تقويم الأنشطة الجماعية :

العلامة	الخصائص المميزة	المستويات
06 - من 03	1 - متفرج (ليست له الرغبة في المشاركة).	المستوى 1
10 - من 07	2 - راد فعل (مجدد النشاط)	المستوى 2
14 - من 11	3 - متكيف (يجد الحلول المناسبة)	المستوى 3
17 - من 15	4 - باحث (له بعد النظر أثناء المشاركة)	المستوى 4
17 +	5 - الموهوب، صانع الألعاب.	المستوى 5

ملاحظة :

مثلاً إذا صنف التلميذ في المستوى الثالث (3) فعلامة تتحصر بين 11 و 14

**التقييم الحركي لكرة اليد والسلة**

التحكيم في التنفيذ	المستوى 1 لاعب متفرج	المستوى 2 لاعب نشيط	المستوى 3 لاعب متكيف	المستوى 4 لاعب مكتشف	المستوى 5 لاعب مبدع
النقط	3 6	10 - 7	14 - 11	17 - 15	17+
سلوكيات حامل الكرة	يتوقف لأخذ الكرة بدون أن يتحكم فيها	يستقبل الكرة باليدين ويحميها بالظهر	استقبال الكرة أثناء التحرك	استقبال الكرة بدون أخطاء - التحكم في المحور	استقبال الكرة من كل الاتجاهات والتحكم فيها
القفز	يُضيع الوقت في التحرك بدون أي تسديد	يُقذف قليلاً وفي غالب الوقت متوقفاً	يُقذف كثيراً بدون دقة	يُسلسل كل الحركات - يُقذف من بعيد وأثناء التحرك	- يسلسل الحركات بسرعة - يُقذف في أوضاع ملائمة
التمرير	يُهرب من الخصم (التطبيق)	- يلعب وحيداً يتوقف عند المحاصرة	- عدم السيطرة على سرعة التنقل - يعطي بظهوره مرمى الخصم	- تمريرات دقيقة في الأماكن المناسبة	- تمريرات دقيقة من بعيد - تغيير المسارات
الهجوم	يتخلص من الكرة في أسرع وقتاً بدون تدقيق	- ي GAMER بالتمريرات عند المحاصرة	- تمريرات سريعة وفي الوقت المناسب	متحرك كثيراً - يفتح اللعب - يساهم ويساعد حامل الكرة - يوزع القوى - يفرض توازن	سريع التحرك - يفرض التمرير في الوقت المناسب - يساعد حامل الكرة - يغير الاتجاهات والمسارات حيث يشاء يُقذف بدقة
الدفاع	متفرج - ساكن ومتوجه لحامل الكرة - يستقبل الكرة بدون رغبة - لا يدرك الفضاءات	بطيء - يستقبل الكرة في المكان غير المناسب - يتبع حامل الكرة عن قرب	متحرك - يستغل الفجوات نحو المرمى - يبحث عن الكرة لاستغلالها	فارض - يحمي المرمى بمراقبة المهاجم - يترشح بحامل الكرة	ملحق - يلاحق التمريرات - يسبق المهاجم - يخلق توازناً - ينظم الهجوم - المضاد

### التقييم الحركي لكرة الطائرة

مستوى 5 لاعب مبدع	مستوى 4 لاعب مكتشف	مستوى 3 لاعب متكيف	مستوى 2 لاعب نشيط	مستوى 1 لاعب متفرج	التحكم في التنفيذ فرديا
<b>17+</b>	<b>17 - 15</b>	<b>14 - 11</b>	<b>10 - 7</b>	<b>6 - 3</b>	<b>النقط</b>
- يرسل بدقة وقوفة بهدف تسجيل النقطة	- يرسل الكرة بعيداً العودة إلى الميدان	- متحكم في الإرسال	- إرسال بسيط موقف	- لا يحسن الإرسال من الخط الخلفي	الإرسال
- يغير الموضع حسب الموقف - يضحي بتوازنه لإنقاذ الكرة	- يقترب عدة طول لحامل الكرة التحضير المسبق للدفاع عن منطقته	- متحرك ونشيط يساعد حامل الكرة يدافع عن محیطه بحزم	- مساعدة بطيئة لحامل الكرة يتدخل لاسترجاع الكرة بتأخر	- قليل الحركة متقرج ويصبح إشارة للمهاجم	الاسترجاع (وضعية دفاع)
- يساعد لوضع خطة هجوم موقعة بغية ربح المقابلة - يلعب ادوار لتنفيذ خطة تكتيكية محكمة	- يحفز الرفقاء لضمان مشروع جماعي للعب التمريرات تستعمل كوسيلة بناء هجوم	- هدفه إبعاد الخطر عن المعسكر و تسجيل النقاط من الأولويات	- هدفه إخراج الكرة من المعسكر بأي طريقة مباشرة	- ليست له النية في إرسال الكرة في معسكر الخصم	قرار
- التحكم في التمريرات خارج محیطه - ينظم خطه الهجوم سحق الكرة دائم ومتعدد	- التحكم عن قرب في الفنیات لتنظيم الهجوم - تغيير مسارات الكرة من الصعبه إلى مسار سهل هجومي	- يوجه حركاته نحو المعسكر المضاد - يطبق فنیات ملائمه حسب سرعة ومسار الكرة	- بساطة التحكم في الكرة لا تسمح بالتنفيذ السريع والتحكم في مسار الكرة	- التحديد السريع لمسار الكرة - أخطاء عند لمس الكرة	بناء هجوم

### الشروط الأساسية لإنجاز حصة تعلیمية

- تكون مشتقة من الوحدة التعليمية الموالية للنشاط المبرمج.
- تستجيب لهدف إجرائي ينجزه الأستاذ بعد عملية التشخيص.
- تستجيب لخطيط الأستاذ و منهجه في العمل (البطاقة المنهجية).
- تكتسي الطابع الإدماجي ( تكون متاجنة مع الهدف الإجرائي و مؤشر الكفاءة القاعدية).
- تستدعي سلوکات التلاميذ الخاضعة لللاحظة و التقييم.
- تستدعي تصرفات تربوية من طرف الأستاذ.
- تستدعي استعمال وسائل عمل حسب الإمکانیات المتاحة تناسب طبيعة التعلم و النشاط.
- تستدعي الملاحظة المباشرة كمقاييس لعملية التقييم التکویني و استدراك الفائض.
- تستدعي الإنجاز الفعلي فوق الميدان دون تأويل لأي نتیجة متطرفة.
- تستجيب لرغبة التلميذ في التعلم.
- تستجيب لظروف الإنجاز المطابقة لحقيقة الميدان و خصائص النشاط و مؤشرات الكفاءة المنتظرة.
- تستجيب لمؤشرات (شروط) النجاح المطابقة للسلوکات المنتظرة خلال الإنجاز.
- تستدعي المزیج بين المهارات الفنیة الرياضية الخاصة بالنشاط (المعالم الفنیة) و السلوکات المراد تحقيقها في إطار تتمیم الكفاءة المنتظرة، عملاً بمؤشرها و هدفها الإجرائي.
- تستدعي اختيار حالات تعلیمية تناسب الفعل السلوکي المترقب من التلميذ في تأدية مهمة معينة.
- تستدعي ترتیب العمل في الزمان و المكان استجابة للتطور المهاری و السلوکي للنلميذ.
- تستدعي ترتیب عمل التلميذ و جهده طبقاً لمقاييس العمل / راحة / استرجاع.
- تستدعي العمل النشيط و الحیوي و المشاركة الفعلية للنلميذ (الطريقة الحیة و وضعیات الإشكال).
- تستدعي التنویع في الحالات التعلیمية و المبادرة التلقائیة للنلميذ و الأستاذ أثناء العمل المشترک.
- تستجيب لرغبة التکامل و خدمة المواد التعلیمية الأخرى، تساعد على التطلع و الاكتشاف و التجربة.

# التجيئات التربوية

إن اختيار السلوكيات المرتفعة في المحتويات المناسبة لنشاط بدني ورياضي نحددها في حالات تعلمية تخدم الأبعاد التربوية المعلن عنها، بحيث تشرط توجيهات تربوية من أجل توحيد الرؤية والتصور للقارب المنهجي وتوظيف نفس المساعي المناسبة لكل تلميذ خلال مراحل التعلم.

وهذا ما يدفع بأساند التربية البدنية والرياضية إلى الوعي بأهمية تنظيم العمل وإنجاز مخطط تكويني عقلاني يتواكب مع احتياجات وطموحات التلاميذ انطلاقاً من توجيهات تربوية تساعد في تأدية الواجب.

## من واجبات ومهام أستاذ مادة التربية البدنية والرياضية

- 01-المهمة الأساسية تبقى تعليم التلاميذ الذين هم تحت مسؤولية كأستاذ مربي حيث يساهم في تربيتهم وضمان تكوينهم من أجل إدماجهم في الحياة الاجتماعية والمهنية في المستقبل
- 02- يشارك في الخدمة العمومية حيث توكل له مهمة تعليم القيم الثقافية، الأخلاقية والعلمية.
- 03- يساعد في تنمية الفكر والاستقلالية وبناء المشاريع الشخصية للتلميذ
- 04- يصهر على تلقين معنى وأبعاد القيم المتعلقة بالمواطنة والمشاركة في البناء والتشييد
- 05- يستقطب اهتمام التلاميذ بفضل عطائه النوعي وتوجيهه نحو سبل تخدم الصالح العام والوطن
- 06- يعمل بالإنصاف ويقبل الفروقات ومحظوظ تطورات التلاميذ في ميدان العمل
- 07- يعي بصعوبة المواجهة وتحدي ظروف العمل مما كانت صفتها
- 08- يتكيف مع المتغيرات والمستجدات ويقبل النقد واللاحظة كما يعمل بالنصائح والإرشادات والتوجيهات
- 09- ينسجم مع مقتضيات التشريع المدرسي وما تخلو له من حقوق وواجبات في تأدية الواجب على أحسن وجه
- 10- يساهم في تحسين المشروع التربوي وتجسيده في الميدان وحماية المنظومة التربوية وتبجيلها
- 11- يكون على علم بمادة التدريس
- 12- يعرف كيفية بناء وضعيات التعلم وتقييمها
- 13- يعرف كيفية تسيير القسم والتلاميذ
- 14- يعرف كيفية التعامل مع كل التلاميذ، الإدارية والزماء وأولياء التلاميذ والمحبي
- 15- يوفر أحسن ظروف العمل من أمن، نظافة، وقاية، صيانة..... الخ
- 16- يعرف كيفية تسيير الوسائل
- 17- يعمل بمبدأ التكامل والتوفيق بين جميع مواد التدريس
- 18- يساعد التلاميذ من خلال توزيعهم على المسؤوليات ولعب الأدوار والقيام بمهام تربوية.
- 19- يعمل من أجل تحسين الأداء ، يبحث ويكتشف ويكون باستمرار.
- 20- يعمل بالتجيئات التربوية التالية:

### أولاً :

- الامتثال الجيد في ميدان العمل والقيام بالواجب التربوي احتراماً للنصوص والتعليمات الرسمية والتوجيهات التربوية.

- ارتداء اللباس الرياضي واجباً وأكيداً يرتديه الأستاذ والتلاميذ خلال العمل.

- مسؤولية الأستاذ على تلاميذه كاملة (أمنياً وصحياً) طيلة دوام الحصة للممارسين منهم والمعفيين.

- العمل حسب الإمكانيات المادية المتاحة خاصة منها المنشآت الرياضية أو فضاءات العمل وتجنب الهروب وراء نقصها للقيام بنشاطات لا علاقة لها بالمادة بل يجب تكيف العمل وبرمجه حسب الإمكانيات الموجودة بداخل المؤسسة أو المنشآت الرياضية المجاورة لها لا غير.

- منطق تحضير العمل التطبيقي يكون نتيجة التحضر النظري والاستعمال الجيد للوثائق البيادغوجية وإخضاعها للمراقبة من طرف إدارة المؤسسة ومقتني الماده وتشمل:

#### أ- التخطيط السنوي:

- تحديد النشاطات الممكنة الممارسة في المؤسسة (الاستغناء عن النشاطات التي لم تتوفر لها فضاءات عمل )

- توزيع هذه النشاطات عبر السنة الدراسية.

#### ب- الدفتر البيادغوجي:

ويتضمن:

- هوية الأستاذ وكل المعلومات الخاصة بحياته المهنية.
- بطاقة فنية للمؤسسة و مخطط المنشآت الرياضية و المرافق الملحقة لها.
- المشروع البيادغوجي الموقع من طرف رئيس المؤسسة.

- المخطط السنوي لاستعمال المنشآت الرياضية مصادقاً عليه من طرف رئيس المؤسسة نسخة منه تسلم لمفتش المادة للإعلام.
- جرد الوسائل البيداغوجية (تعلق نسخة على مستوى مكتب أستاذة المادة).
- قائمة التلاميذ المعفين مع تعين المرض وتاريخ الإعفاء، تسلم شهادة الإعفاء من طرف مركز الصحة المدرسية أو الهيئة التي تعينها مصالح الإدارة الوصية.
- جدول توقيت الأستاذ (التوزيع الزمني الأسبوعي للأستاذ).
- جزء خاص بملف الأفواج التربوية التي تحتوي على:
  - تكوين الأفواج (تكييفها حسب منطق البلدية التربوية متغيرة عبر الموسم الدراسي).
  - القائمة الاسمية للتلاميذ و هوينهم.
  - المثابرة والمتابعة الخاصة بالتلاميذ.
  - النتائج التقديرية و التحصيلية والتنقيط.
- جزء خاص بتوزيع الوحدات التعلمية (الأدوار).
- جزء خاص بالكراس اليومي (احترام النموذج الرسمي المقترن في الوثيقة المرافقة لمنهاج المادة).
- الجزء الأخير خاص بالحصص التعليمية (مرتبة حسب التسلسل الموالي للوحدة التعلمية).

## ثانياً:

### من مهام الأستاذ المسؤول على المادة

- على الأستاذ المسؤول على المادة أن يقوم بدوره المنوط به في إيصال المعلومات الضرورية لزملائه سواء كانت تربوية أو تنظيمية أو تسييرية وجردها في دفتر التنسيق (مرجعية رسمية مرتبطة بالنظام الداخلي للمؤسسة).
- تنظيم جلسات عمل بهدف التشاور حول المشروع البيداغوجي وسائل تنظيمية خاصة بتدريس المادة
- الصهر على تطبيق التعليمات والتوجيهات وأخذ المبادرة في تحسين ظروف تدريس المادة والعمل.
- التعامل مع إدارة المؤسسة من أجل الحصول على الدعم والرعاية الجيدة للتكلف بالمادة.
- العمل على توفير فضاءات العمل والوسائل وكذا مراافق اللباس والدعم المالي المخصص للمادة.
- حضور الأيام الإعلامية والتكتوينية نيابة عن زملائه من أجل الاستفادة وإفادة الزملاء بمواضيعها.
- تنظيم وتسيير النشاطات الرياضية (الرياضة المدرسية) والعمل المتواصل مع رابطة الرياضة المدرسية

### \* حول الأيام التكتوينية والعمل في الميدان والإعفاء

- كل أستاذ ملزم عند الاستدعاء من طرف مفتش المادة، للمشاركة في الأيام التكتوينية (المشاركة في هذه العمليات الهامة أمراً ضرورياً يقتضي منه الأستاذ للتطلع على المستجدات لرفع وتحسين المستوى والأداء).
- يخضع كل أستاذ في إطار عمله إلى المراقبة التي لها علاقة بتدريس المادة وذلك من طرف رئيس المؤسسة في الوقت الذي يراح هذا الأخير ضرورياً ومناسباً بحيث يرافق مدى الامتنال للتعليمات والتوجيهات الصادرة من طرف الإدارة الوصية وخاصة تلك التي تصدر من طرف مفتش المادة.
- كل أستاذ مطالب بإحضار كل الوثائق البيداغوجية في وقت ومكان العمل (لا يمكن الاستغناء عنها) كما يجب وضعها تحت المراقبة من طرف رئيس المؤسسة دون أن يدخل هذا الأخير في الاعتبارات التقنية الخاصة بالمادة التي هي من صلاحيات مفتش المادة الذي يراقبها و يقيمها.
- كل أستاذ مطالب بالاحفاظ على الوسائل وصيانتها والصهر على عدم إتلافها وعدم القيام بنشاطات تخرج من إطار البرمجة الرسمية إلا إذا تم إعلام الإدارة بها.
- لا يمكن تجاهل العمل بالمنهاج والوثيقة المرافقة له.
- قبل الشروع في العمل فوق الميدان يجب على الأستاذ أن يتحقق عن ضمان الأمن و النظافة وتوفير الوسائل... الخ.
- يتم إجراء الدروس التطبيقية وفقاً للبرمجة المتفق عليها في بداية السنة الدراسية، إذا حدث أي تغيير يجب إشعار الإدارة بذلك نسخة تسلم لمفتش المادة للإعلام.
- عمل ونشاط التلاميذ يكون تحت رعاية وضمان و مراقبة الأستاذ طيلة دوام الحصة فإذا حدث طارئ لا يمكن مغادرتهم بل أخذ الإجراءات الواردة من طرف رئيس المؤسسة والمنبقة من النظام الداخلي والمعلن عنها خلال الاجتماعات التنسيقية والدورية بداخل المؤسسة.
- في حالة رداءة الطقس أو فساد الملاعب، يمكن تعويض الدروس التطبيقية بدورس نظرية هذا في حالة تمكن استعمال قاعة دراسة توفرها الإدارة وفي هذا المجال أصبح من الضروري والمؤكد استعمال مألف الدروس النظرية الموجه نحو الجانب التربوي ليس التقني الرياضي والتي تجرد في كراس التلميذ للمادة وتشجيعهم للبحث والمطالعة حول فوائد وأهداف المادة التربوية وتبيان علاقتها بالعلوم والتكنولوجيا.
- يمكن استبدال الدروس النظرية (في حالة فساد الطقس) بنشاطات وألعاب فكرية تفسح المجال لتنمية الذكاء وتطوير المهارات الفكرية وقدرات التخيل والإبداع (الرياضيات الفكرية) عند توفر الفضاءات الالزمة لذلك.
- إن تعذر استعمال قاعة دراسة أو فضاء يسمح بتجسيد الدروس النظرية وفي استحالة استعمال الملاعب، أي قرار تسيير التلاميذ يجب أن تتخذه إدارة المؤسسة التي تشعر به أولياء التلاميذ ويجرد في دفتر النصوص والكراس اليومي وكذا دفتر التنسيق مع أن يبقى الأستاذ في المؤسسة حيث يقوم بأعمال لها علاقة إلا بالمادة.
- يجب استعمال التسمية الصحيحة للمادة وهي: التربية البدنية والرياضية وليس رياضة

- يجب العمل مع جميع تلاميذ القسم الواحد بما فيهم التلاميذ المعفيين الذين يتم إدماجهم في العملية التربوية من خلال القيام بأدوار التسبيير والتنظيم مثل الملاحظات والتحكيم وإبعادهم من أي نشاط بدني يؤثر على صحتهم.
- كل مسألة تهم التلاميذ المعفيين يجب دراستها مع إدارة المؤسسة وجرد القرارات في دفتر التنسيق ويتم إعلام الأولياء والإدارة الوصية بذلك.
- لا يمكن استلام شهادات الإعفاء مباشرة من طرف التلميذ المعفي بل تسند هذه المهمة لإدارة المؤسسة التي توفيأساتنة المادة بالقائمة الرسمية للمعفيين والعمل بها.

**\* طرق التدريس.**

- العمل بما جاء في المنهاج الرسمي لتدريس المادة

**\* الشروط الضرورية للعمل**

- مساحات صالحة للممارسة، مستوى توفر شروط الأمن و النظافة، تتمثل عادة في ساحة المؤسسة التي لا يمكن منع الممارسة فيها. كما يمكن استعمال مساحات جوارية مجهزة ببهيكل و منشآت مناسبة للنشاط الرياضي.
- قاعات رياضية داخل المؤسسة.
- يمكن تحويل قاعات دراسة غير مستعملة، إلى قاعات للجمباز أو نشاطات مناسبة.
- ملاعب، قاعات صغيرة أو أولمبية .
- ملاعب جوارية توفر فيها شروط الأمن و النظافة
- استعمال مختلف الوسائل التي يمكن توفيرها للنشاط ( كور، حبال، حلقات، أقماع، أجهزة خاصة.....الخ).
- التعامل مع البرنامج الرسمي لتدريس المادة
- ليعلم الأستاذ أن برنامج التدريس هو مجموعة نصوص تعتبر المرجعية الرسمية لتدريس المادة.
- يتمثل البرنامج في منهاج المادة والوثيقة المراقبة له فكلاهما يعتبران الإطار الذي من خلاله يتمكن كل أستاذ من الاختيار البيد اعوجي المناسب للتلاميذ الذين هم تحت إشرافه.
- تحدد الكفاءات في المنهاج والتي تتجز من خلال الشروح الصادرة في الوثيقة المراقبة ليتمكن الأستاذ من تطبيقها في ميدان الممارسة
- المنهاج غير منطو عن نفسه و مجاله مفتوح على المواد التعليمية الأخرى في إطار التكامل بينها.