

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

اللجنة الوطنية للمناهج

# منهاج التربية البدنية والرياضية

## السنة الثانية ثانوي

## الفهرس

2	.....	- تقديم المادة
3	.....	- أهداف التربية البدنية والرياضية
		• الناحية البدنية
		• الناحية المعرفية
		• الناحية الاجتماعية
4	.....	- كفاءات التعليم الثانوي
5	.....	- المقاربة بالكفاءات
5	.....	- منهاج السنة الثانية ثانوي
6	.....	* برنامج السنة الثانية ثانوي
7	.....	- منهجية التقويم
10	.....	• تقويم الكفاءات والأهداف
11	.....	• التنفيط
13	.....	- منهجية التخطيط
		• برمجة العمل السنوي
		• برمجة الوحدات التعليمية
		• برمجة الوحدات التعليمية

تعمل التربية البدنية والرياضية كباقي المواد الأخرى على تنمية وبلورة شخصية الفرد ، من جميع النواحي الحركية منها والنفسية والاجتماعية . معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها والذي يأخذ مداه من الأنشطة البدنية والرياضية ، كدعاية تقافية واجتماعية .

فهي تمنح المتعلم رصيداً صحياً يضمن له توازناً سليماً ، وتعايشاً منسجماً مع المحيط الخارجي منبعة سلوكيات فاضلة تمنحه فرصة الاندماج الفعلي .

ورغم كل هذا فقد حكم عليها مسبقاً في كثير من الأحيان من خلال الأنشطة الرياضية ، على أنها لعب وترفيه أو استعادة للنشاط والحيوية ، أو أنها مضيعة للوقت ولا مجال حتى لإدراجها في النظام التربوي .

غير أن الدولة في السنوات الأخيرة تفطنت لهذا وأعطتها عناية فائقة ، وذلك بإعادة النظر في كثير من التعليمات سواء المتعلقة بالإعفاءات أو بالمنشآت والوسائل ، وكذا إدراجها في الامتحانات لرسمية (شهادتي البكالوريا والتعليم الأساسي) .

ومن هذا القبيل وعلى غرار المواد الأخرى كان ولا بد من إعادة النظر في البرنامج التعليمي واستبداله بمنهاج يتماشى وطموحات المادة من جهة ، والتطورات في ميادين علوم التربية والتدريس من جهة أخرى بما يضمن لها من مسيرة للمستجدات التي طرأت على العالم بصفة عامة ، والمجتمع الجزائري بصفة خاصة .

## أهداف التربية البدنية والرياضية

تسعى التربية البدنية والرياضية كمادة تعليمية في المرحلة الثانوية إلى تأكيد المكتسبات الحركية والسلوكيات النفسية والاجتماعية المتناولة في التعليم القاعدي بشقيه الابتدائي و المتوسط ، وهذا من خلال أنشطة بدنية ورياضية متنوعة وثرية ترمي إلى بلورة شخصية التلميذ وصقلها من حيث :

### • الناحية البدنية :

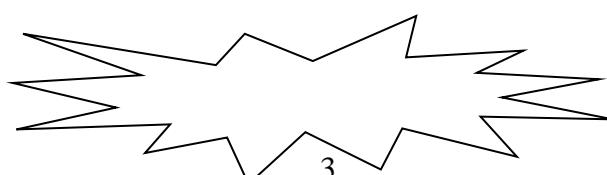
- تطوير وتحسين الصفات البدنية ( عوامل التنفيذ ).
- تحسين المردود الفيسيولوجي .
- التحكم في نظام وتسير المجهود وتوزيعه .
- تقدير وضبط جيد لحقل الرؤية .
- التحكم في تجنيد منابع الطاقة .
- قدرة التكيف مع الحالات والوضعيات .
- تنسيق جيد للحركات والعمليات .
- المحافظة على التوازن خلال التنفيذ .
- الرفع من المردود البدني وتحسين النتائج الرياضية .

### • الناحية المعرفية :

- معرفة تركيبة جسم الإنسان ومدى تأثير المجهود عليه.
- معرفة بعض القوانين المؤثر على جسم الإنسان.
- معرفة قواعد الإسعافات الأولية أثناء الحوادث الميدانية .
- معرفة قواعد الوقاية الصحية .
- قدرة الاتصال والتواصل الشفوي والحركي .
- معرفة قوانين وتاريخ الألعاب الرياضية وطنية ودولية .
- تجنيد قدراته لإعداد مشروع رياضي دوليا .
- معرفة حدود مقدراته ومقدمة الغير .

### • الناحية الاجتماعية :

- التحكم في نزواته والسيطرة عليها .
- تقبل الآخر والتعامل معه في حدود قانون الممارسة .
- التمتع بالروح الرياضية وتقبل الهزيمة والفوز .
- روح المسؤولية والمبادرة البناءة .
- التعايش ضمن الجماعة والمساهمة الفعالة لبلوغ الهدف المنشود.



## كفاءات التعليم الثانوي

### \* الكفاءة النهائية

تنسيق العمليات الحركية وضبط التصرفات الذاتية في مختلف الوضعيات تتحترم فيها مبادئ التنظيم والتنفيذ والروح الرياضية .

### \* الكفاءات الختامية

#### السنة الثالثة ثانوي

ضبط الاستجابات السلوكية مع تنوع أشكال وشدة الحركة قصد تحسين نتيجة أو منتوج رياضي ذو صبغة جمالية .

#### السنة الثانية ثانوي

تكييف وترشيد الاستجابات الحركية حسب صيغة وشكل المواجهة في وضعيات متعلقة بالمسافة ، بالشدة ، بالمدة ، بالفضاء .

#### السنة الأولى ثانوي

تنسيق وتكييف مختلف العمليات الفردية والجماعية حسب إيقاع معين مسافة معينة ، شدة معينة .

تعني المقاربة بالكافاءات أو المدخل بالكافاءات الانتقال من منطق التعليم والتلقين إلى منطق التعلم عن طريق الممارسة والوقوف على مدلول المعرف ومدى أهميتها ولزوميتها في الحياة اليومية للفرد وبذلك فهي تجعل من المتعلم محورا أساسيا لها ، وتعمل على إشراكه في مسؤوليات القيادة وتنفيذ عملية التعلم .

وتقوم أهدافها على اختيار وضعيات تعلمية مستقاة من الحياة في صيغة مشكلات ، ترمي عملية التعلم إلى حلها باستعمال المعرف والأدوات الفكرية ، وبنسخir المهارات الحركية الضرورية . وبذلك يصبح حل المشكلات ( الوضعيات / المشكلة ) الأسلوب المعتمد للتعلم الفعال ، إذ أنه يتتيح الفرصة للمتعلم لبناء معارفه ( بالمفهوم الواسع ) بإدماج المعطيات والحلول الجديدة في مكتسباته ، كما أنها تحدد أدوارا متكاملة لكل من المعلم والمتعلم .

الفالمعلم : منشط ، ومنظم ، ومشجع ، ومحفز .

والمتعلم : شريك مسؤول عن التعلم ذاته ، بحيث يبادر ويساهم في تحديد مساره التعلمـي عن طريق الممارسة الفعالة خلال حل المشكلات المطروحة أمامه .

### منهاج السنة الثانية ثانوي

#### • ملحوظ الدخول

يرتكز أساسا على تنسيق مختلف الحركات والعمليات في صيغتها الفردية والجماعية ، وتكثيفها بما يتماشى وتتجدد الوضعيات والحالات التي تواجه المتعلم خلال الممارسة انطلاقا من ملحوظ تخرج السنة الأولى ثانوي .

#### • ملحوظ التخرج

وتعبر عنه الكفاءة الخاتمية التالية :

تكثيف وترشيد الاستجابات الحركية حسب صيغة وشكل المواجهة في وضعيات متعلقة بالمسافة ، بالشدة ، بالمدة ، بالفضاء .

صياغة هذه الكفاءة الخاتمية يرتكز أساسا على :

- التكيف مع مختلف الحالات والوضعيات .
- ترشيد الاستجابات الحركية حسب أنواع المؤثرات الداخلية والخارجية .
- تقدير المسافات وتوزيع المجهود .
- تقدير الزمن وتوزيع المجهود .
- تقدير شدة المجهود .
- ضبط فضاء الممارسة وتحديد مسالك التنفيذ .

**برنامج السنة الثانية ثانوي**

تكيف وترشيد الاستجابات الحركية حسب صيغة وشكل الواجهة في وضعيات متعلقة بالمسافة ، بالشدة ، بالمدة ، بالفضاء .					الكفاءة الختامية
المعايير	الأنشطة	الأهداف التعلمية	المؤشرات	الكفاءات القاعدية	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- تنفيذ عملية المحاصرة بنجاح.</li> <li>- تجاوز الخصم بنجاح.</li> <li>- التخلص من المحاصرة .</li> <li>- احتلال المناطق الحرة في الهجوم .</li> <li>- احتلال المناطق الحساسة في الدفاع .</li> </ul>	<p align="center">نشاط جماعي</p>	<p align="center">* المشاركة في مناسبة باعتماد مبادئ المحاصرة والمضايقة وبعد الخلل لتسجيل أهداف أو نقاط تضمن التفوق.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تقبل التنافس وجهاً لوجه (رجل لرجل)</li> <li>- محاصرة مباشرة للخصم .</li> <li>- تقبل مسایرة وتيرة معينة .</li> </ul>	<p align="center"><b>الكفاءة القاعدية الأولى</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- تقدير مستوى المنافسة .</li> <li>- تحقيق عملية لمرات عديدة ( نفس المسافة ، نفس الوقت).</li> <li>- تحسين نتيجة ( وقت ، مسافة ) .</li> <li>- مساعدة زميل للفوز أو لتحسين نتيجة.</li> </ul>	<p align="center">نشاط فردي</p>	<p align="center">التنافس من أجل الفوز أو مساعدة الزميل للفوز باحترام قواعد المواجهة النبيلة .</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مسایرة تغير إيقاع .</li> <li>- التفوق على نظام دفاعي معين .</li> <li>- مضايقة خصم للاستحواذ على الكرة.</li> <li>- مضايقة خصم أثناء الجري لتجاوزه .</li> <li>- الدافع الجماعي عن مرمى ، عن منطقة .</li> </ul>	<p align="center">* تقبل المواجهة فردياً وجماعياً والمشاركة الفعالة لتحقيق الفوز أو تحسين نتيجة رياضية .</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- التنسيق بين أعضاء المجموعة .</li> <li>- استثمار البساط واستغلال فضائه.</li> <li>- تسلسل الحركات .</li> <li>- أداء الحركات .</li> <li>- تجنب الأخطاء.</li> </ul>	<p align="center">نشاط الجمباز الأرضي</p>	<p align="center">المساهمة في عرض جماعي تنفذ فيه حركات ذات أبعاد جمالية .</p>			

المعايير	الأنشطة	الأهداف التعليمية	المؤشرات	الكفاءات القاعدية
<ul style="list-style-type: none"> <li>- القيام بدور السندي والدعم والتغطية لحامل الكرة ( حسب ما تقتضيه الحالة ).</li> <li>- سد العجز والخل في حالة النقص العددي .</li> <li>- التحكم في مداعبة الكرة.</li> <li>- التحكم في التنقل بالكرة.</li> <li>- التحكم في التصدي للخصم والكرة .</li> <li>- التواجد في المناطق الحساسة في الدفاع والهجوم.</li> </ul>	نشاط جماعي	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ربط وسلسل عمليات لبلوغ منطقة الخصم أو للدفاع عن المنطقة .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تقبل القيام بمختلف الأدوار .</li> <li>- المساهمة الفعالة ضمن الفوج .</li> <li>- اقتراح الحلول المناسبة .</li> <li>- المبادرة .</li> <li>- مساعدة الزميل في الدفاع والهجوم .</li> </ul>	<p><b>الكفاءة القاعدية الثانية</b></p> <p>*الاندماج في الفوج والقيام بالدور المنوط به والمساهمة البناءة في المردود الفردي والجماعي</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- العمل على بذل أكبر مجهود في خدمة الفريق .</li> <li>- تجنب الأخطاء والتقليل منها .</li> <li>- استثمار المحاولات لتطوير النتائج .</li> <li>- تحفيز الزملاء وإرشادهم .</li> </ul>	نشاط فردي	<ul style="list-style-type: none"> <li>* الجري حسب الفرق ( تتبع مداومة ) الرمي والوثب حسب الفرق، والعمل على تطوير النتائج .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- توقع عمليات الخصم وتبليغها للزملاء .</li> <li>- تقبل التوجيهات والنصائح.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- الصعوبات المقترحة</li> <li>- الربط بين الحركات</li> <li>- تنفيذ الصعوبات .</li> <li>- استثمار البساط .</li> </ul>	نشاط الجمباز الأرضي	<ul style="list-style-type: none"> <li>* المساهمة في إعداد وتجسيد مسلسل مصغر وتنفيذ أمام الغير .</li> </ul>		

المعايير	الأنشطة	الأهداف التعلمي	المؤشرات	الكفاءات القاعدية
<ul style="list-style-type: none"> <li>- المشاركة الفعالة في عملية هجومية.</li> <li>- اختيار مسالك التنقل .</li> <li>- ضمان التبادل لكرات.</li> <li>- تغيير مسالك التنقل بالكرة حسب المستجدات .</li> <li>- تسخير أو تنسيق هجوم.</li> <li>- حساب الاقتراب .</li> <li>- التحكم في خطوات الاقتراب .</li> <li>- الدفع والارتفاع المناسبين ( لوح الارتفاع ، منطقة الارتفاع ، اارتفاع ) .</li> <li>- التحكم في الجسم وعمل الأطراف أثناء الطيران و الاستقبال.</li> <li>- التوازن بعد الرمي .</li> <li>- تسلسل الدفع .</li> <li>- الانطلاق الانفجاري .</li> <li>- المحافظة على الجري في المحور.</li> <li>- الجري ضمن فريق .</li> <li>- أداء جيد للحركات.</li> <li>- استثمار البساط.</li> </ul>	<p>نشاط جماعي</p>	<p>* استثمار فضاءات معينة خلال التنقل بالكرة أو بدونها وإنها الهجوم بالتصويب .</p>	<p>- اختيار عملية هجومية عن طريق التخلص من المحاصرة .</p> <p>- احتلال منطقة استراتيجية في الهجوم .</p>	<p>الكفاءة القاعدية الثالثة</p> <p>* اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها .</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- تسلسل الحركات.</li> <li>- وضعيات مرية للجسم.</li> </ul>	<p>نشاط فردي</p>	<p>* اختيار المعلم الضروري لتحقيق رمية ، وثبة ، أو قطع مسافة في أحسن الظروف.</p>	<p>- إحداث وضعية تفوق عددي .</p> <p>- اختيار وضعية ضمن أسلوب معين من اللعب .</p> <p>- تغيير الإيقاع لمضايقة الخصم .</p> <p>- وضع خطة لمحاكمة الخصم خلال الجري .</p> <p>- مساعدة الزميل لاجتياز حاجز أو تحقيق رمية .</p>	
	<p>نشاط الجمباز الأرضي</p>	<p>تنفيذ مسلسل مصغر مع احترام مبادئ الصبغة الجمالية .</p>		

## منهجية التقويم

يبقى التقويم يطرح إشكالية، عندما يتعلق الأمر بالنتائج البدنية والرياضية. حيث يواجه المعلم هذا الإشكال عند ما يريد تقويم تصرفات تلاميذه، وكثيراً ما يعترف بهذه الخصوصية.

و عموماً فالنقويم وسيلة في خدمة المعلم والتلميذ على حد سواء ، فهو يوفر للأول المعلومات الازمة ويكشف عنها، ليطلع على مدى تحقيق الأهداف المسطرة ، ويسمح للثاني بتحديد موقعه من التدرج البداغوجي. هذا التجانس بين الأهداف المعلن عنها (المسطرة ) والتقويم، يسمح بالتكلف الحقيقي بالفروع الفردية الموجودة ضمن تركيبة الفوج التربوي (التلميذ) خلال صيورة التعلم.

ومن هنا فمقاربة مبنية على بيداغوجية الفروقات ، تجعل كل تلميذ مسؤولاً وقائماً على تعلمه الحركي. ففي إطار تقويم النشاطات البدنية والرياضية، نجد أن المقاربة بالكفاءات تدعوا إلى اعتماد مواقفين:

- 1- نهج قوامه تحديد الأهداف الخاصة في صيغتها العملية الإجرائية، يستدعي التركيز على التلميذ باعتباره محور ومركز العملية التربوية.
- 2- تقويم ذو مصداقية يتطلب من المعلم ملاحظة تصرفات التلاميذ والحكم عليها كقيمة موضوعية دلالتها مؤشرات الكفاءات ومعايير الأهداف التعلمية.

وهو ما يرمي إليه النهج التالي:

### الكفاءة وأهدافها التعليمية ضاع المعايير للملاحظة والتقييم .

- يبين ملحوظة التلميذ من خلال معلومات خاصة بالهيئة البدنية في الحالة الطبيعية، وكذا مكانته الاجتماعية ضمن الفوج.
- يحدد فهرساً من النماذج مقارنة مع الكفاءة والأهداف التعليمية .

### تقويم أولي تشخيصي

### تقويم مراافق لصيورة التعلم (تكتوني)

- يزود التلميذ بمعالج ومؤشرات انطلاقاً من الممارسة، فمن التقويم الذاتي يحدد مكانته من الهدف، ومن زملائه.
- ويسمح للمعلم بالوقوف على مدى نجاعة منهجيته للمواصلة أو لإعادة النظر.

### تقويم في نهاية صيورة التعلم (تحصيلي)

- تقويم نهائي يسمح بقياس التطور على جداول معدة لذلك.
- تقويم وحصر الفارق الموجود بين الأهداف المعلن عنها وبين ما تحقق.

## 1 - تقويم الكفاءات والأهداف:

ونعني به مدى اكتساب التلاميذ للكفاءات المبرمجة في مرحلة معينة (مجال تعلمى، أو سنة دراسية) عن طريق الأهداف التعليمية المتوجة للوحدات التعليمية. وهذا من خلال ملاحظة التلاميذ وهم يتفاعلون مع الإشكاليات والمواافق، التي تواجههم خلال الممارسة عن طريق شبكات تقويمية خاصة:

## أ- نموذج شبكة تقويم هدف تعلمى ( تتویج لوحدة تعلمية )

## ب- نموذج لشبكة تقويم كفاءات قاعدية

الكفاءات الخاتمية										الكفاءات القاعدية	الأهداف التعليمية	أسماء التلاميذ		
النسبة %	النتيجة العامة	الثالثة:		الثانية:		الأولى:		النتيجة	النتيجة	النتيجة				
		2	1	2	1	2	1							
											.....-1			
											.....-2			
											.....-3			
											النتيجة الجماعية			
											% النسبة			

### ج - نموذج لشبكة تقويم كفاءات ختامية

الكفاءة الختامية					الكفاءات القاعدية
الثالثة:		الثانية:	الأولى:	أسماء التلاميذ	
%	النتيجة الفردية	النتيجة	النتيجة	النتيجة	النتيجة
					-1
					-2
					-3
					النتيجة الجماعية
					النسبة %

## \* كييفية ملء الشبكات:

- في نهاية كل وحدة تعلمية يكون التقييم التحصيلي حسب الكفاءة المعنوية والهدف التعليمي والمعايير الخاصة به . وتوضع علامة في خانة كل معيار: (1) إن تحقق المعيار أو الهدف أو الكفاءة و(0) إن لم يتحقق المعيار أو الهدف أو الكفاءة بعد ملاحظة التلميذ.

- تحسب العلامات حسب طبيعتها أفقيا بالنسبة لكل تلميذ . وتحسب عموديا بالنسبة لمجموع التلاميذ.

- تعتبر الحصيلة إيجابية إذا تحققت نسبة الثنين لكل من المعايير والأهداف التعليمية والكافيات.

## التنقيط

### ● التنقيط في الأنشطة الفردية

#### \* النتائج المحققة :

وتمثل في الألعاب الفردية في معدل نتاجي التقويمين التشخيصي و التحصيلي .

#### \* كييفية استخراج النتائج :

استخرج النتاج في الألعاب الفردية كما يلي :

#### \* مثال : رمي الجلة

- رمى تلميذ في التقويم التشخيصي 7.50 م

- ورمى في التقويم التحصيلي 8.00 م

$$\text{معدل النتائج المحققة: } \frac{7.50 + 8.00}{2} = 7.75 \text{ م}$$

$$\text{التطور الحاصل: } 8.00 - 7.50 = 0.50 \text{ م}$$

#### \* كييفية التنقيط :

يترجم الأستاذ كل من معدل النتائج المحققة والتطور الحاصل إلى علامة بالرجوع إلى المقياسين الخاصين بهما ، ويقوم بجمع النقطتين في علامة واحدة .

**ملاحظة :** - مقياس النتاج المحققة على 14 علامة.  
- مقياس التطور الحاصل على 06 علامات

### ● التنقيط في الأنشطة الجمبازية :

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

العلامة	الخصائص المميزة	المستويات
06-03 من	- يتردد في تنفيذ الحركات.	المستوى 1
10-07 من	- ينفذ الحركات البسيطة.	المستوى 2
14-11 من	- ينفذ بعض الحركات المعقدة.	المستوى 3
17-15 من	- ينفذ وينسق كل الحركات المطلوبة.	المستوى 4
17+	- ينفذ وينسق بإيقاع وصيغة جمالية.	المستوى 5

#### ● التقييم في الأنشطة الجماعية :

يتم تقييم التلاميذ في الألعاب الجماعية بعد ملاحظتهم في حصص تقويمية وتحديد مكتسباتهم وترتيبهم حسب شبكة المستويات المعدة لذلك ، وترجمة المستوى إلى العلامة المناسبة .  
شبكة تقويم الأنشطة الجماعية :

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

ملاحظة : مثلاً إذا صنف التلميذ في المستوى الثالث (3) فعلامته تتحصر بين 11 و 14

توضع الكيفية والمقاييس الخاصة بالأنشطة والمرتبطة بمكتسبات التلاميذ في الوثيقة المرافقة للمنهاج .

2 - تحصيل النتائج :

• منهجية التخطيط

## 1 - برمجة العمل السنوي:

تقوم برمجة العمل السنوي على أساس نحصرها في :

- المدة الزمنية السنوية ( تترواح بين 26 و 28 أسبوع).
- الحجم الساعي الأسبوعي ( ساعتين أسبوعيا).
- المنشآت الرياضية الممكّن استعمالها داخل وخارج المؤسسة .
- الوسائل التعليمية ومدى توفرها لتحقيق الأهداف .
- الكفاءات المسطرة ومدى تطابقها مع الأنشطة .

## 2 - برمجة الوحدات التعليمية :

تبرمج الوحدات التعليمية بما يتوافق وال المجالات التعليمية المعتبرة عموما على فصول السنة الدراسية ، بحيث يشمل كل مجال تعليمي نشاطين ( نشاط فردي وأخر جماعي ) يجسد كل نشاط هدفا تعلميأعن طريق أجرأة معاييره في أهداف خاصة بعد التقويم التشخيصي.

## 3 - برمجة الوحدات التعليمية :

تبرمج الوحدات التعليمية انطلاقا من الهدف الخاص ومحتواه التعليمي النابع من نوع النشاط.