

## المحاضرة 10

## إرشادات لتوفير عوامل الأمن والسلامة في الدرس والأنشطة الرياضية

## إرشادات

- 1- إعداد التلاميذ بدنيا ونفسيا قبل البدء في تطبيق أنشطة الدرس المختلفة
- 2- إتباع خطوات تعليمية صحيحة متدرجة من السهل الى الصعب
- 3- إخلاء الملعب من مصادر الخطر وان تكون الخطوط المحددة للأهداف بعيدة عن الحائط
- 4- استخدام الأدوات والأجهزة الصالحة للاستخدام والعمل على صيانة الأجهزة باستمرار واستبعاد التالف منها كما ينبغي أن تكون الأدوات ذات أطراف مستديرة بقدر الإمكان و لسيت أطراف بارزة او حادة
- 5- ان يرتدى التلميذ في اثناء حصص التربية الرياضية او في اثناء الأنشطة الرياضية الزي الرياضي المناسب الذي لا يعيق الحركة وارتداء الأحذية التي لا تسبب الانزلاق, كما يجب عدم استخدام الدبابيس في الملابس أو دبابيس الشعر خاصة بالبنت
- 6- التأكد من سلامة الأجهزة والتفقد الدوري لها
- 7- تصليح أرضية الملعب في حالة وجود حفر أو عندما تصبح أرضيته غير صالحة للاستخدام
- 8- إتباع التشكيلات المناسبة التي تمنع حدوث الإصابات فينبغي ان لا يقف التلاميذ الذين ينتظرون أدوارهم بشكل يجعلهم يعوقون زملائهم الذين يقومون بالأداء
- 9- مراعاة اخذ المسافات المناسبة بين التلاميذ في أثناء أدائهم للتمرينات والحركات المختلفة
- 10- وقوف الأستاذ في مكان يستطيع منه رؤية جميع التلاميذ بوضوح والوصول إلي أي تلميذ بسرعة في الوقت الذي تاج المساعدة
- 11- معرفة الإجراءات بصورة جيدة التي تتبع في حال الإصابة والإسعافات الأولية أيما كانت الإجراءات المتبعة و كتابة تقرير توى على : طبيعة الإصابة , والظروف التي أدت إليها , وأسماء المصابين والأستاذ والشهود والإجراءات التي اتبعت
- 12- شرح قوانين الألعاب وإجراءات الأمن والسلامة , كما ينبغي أن تكون ارشادات الأستاذ واضحة عن كيفية استخدام الأدوات والأجهزة المختلفة وخاصتا في دروس السباحة والجمباز والعباب القوى
- 13- مناسبة النشاط للإمكانات المتوفرة وحالة الطقس , فالأستاذ الذي يختار نشاط هادئ في جو بارد قد يعرف التلاميذ الإصابة للبرد
- 14- مناسبة الأنشطة للسن والجنس والقدرات
- 15- عدم السماح للتلاميذ في الجري في اتجاه مانع او حاجز مثل حائط او عمود او غيره

- 16- اليقظة الى علامات التعب التي قد تظهر على بعض التلاميذ ففترات الراحة ضرورية لمنع تزايد التعب والإجهاد الذي قد يادى الى حدوث الإصابات
- 17- إجراء كشف طبي دوري للتلاميذ جميعا قبل مشاركتهم في اي نشاط رياضي
- 18- . عدم السماح برمي الأدوات ألعاب القوى) الجلة القرص الرمح( إلى في ساحة واسعة وخالية تماما من التلاميذ وأية أدوات أو أجهزة أخرى
- 19- عدم السماح بتمرير الكرة او رميها الى الزميل الي اذا كان يقظ مع وجود قواعد وانظمة صارمة تتعلق بإجراءات استعادة الكرات التي تخرج إلى الشارع او مناطق الجماعات الاخرى ومناطق الأجهزة

### أخطاء التقديم المعرفي ( شرح الواجب التعليمي

وتتمثل الأخطاء بما يأتي:

- الكلام بسرعة زائدة
- الدخول في تفصيلات غير مهمة مي على نفسه -
- إطالة الشرح بشكل عام هدف الحصص في دقيقة –التنفيذ يغني عن الكلام
- تجاهل التركيز على المراحل الأساسية للأداء – double semelle
- عدم مراجعة طريقة الأداء قبل الدرس -
- تجاهل الوسائل التعليمية في الشرح - الصور –الفيديو – الوسيلة

### 2. أخطاء التقديم البصري النموذج

وتتمثل الأخطاء بما يأتي:

- عدم التمكن من أداء نموذج جيد
- عدم الاستعانة بطالب ممتاز لأداء النموذج
- أداء النموذج لمرة واحدة أو بسرعة زائدة
- تجاهل التركيز على المراحل الأساسية في النموذج
- الخلط بين فنيات الأداء) التكنيك (وبين الأسلوب المقصود تعليم التلميذ المهارة كاملة او النموذج لكن في العلم او الاسلوب تجزء او تعلمه الطريقة المناسبة
- التحدث خلال الأداء الحركي للنموذج إلا عند الضرورة

### 3. أخطاء التشكيلات وإدارة الدرس

وتتمثل الأخطاء بما يأتي:

- وقوف المدرس بين التلاميذ
- وقوف المدرس وخلفه بعض التلاميذ

- وقوف المدرس في وضع يصعب على بعض التلاميذ متابعته
- وقوف المدرس بعيدا أو قريبا جدا من التلاميذ
- وقوف التلاميذ ووجههم مقابل للشمس
- وقوف التلاميذ بالقرب من احد الفصول أو المعامل
- الوصول بالجري في الألعاب إلى نهاية صلبة

#### 4. أخطاء الاصطلاح والنداء والتمرينات

وتتمثل الأخطاء بما يأتي:

- الصوت ذو الوتيرة الواحدة
- تجاهل سرعة التمرين خلال العد
- تجاهل الإصلاح في تركيب النداء احسنت التغذية الراجعة
- تجاهل تقنين حمل التمرينات سواء بالنقص او بالزيادة
- تجاهل مظاهر التعب او الإرهاق لدى التلاميذ
- تجاهل فترة الإحماء
- عدم البدء بتمرينات الأطراف

#### 5. أخطاء متابعة التطبيق في أثناء الدرس

وتتمثل الأخطاء بما يأتي:

- إهمال تصنيف التلاميذ او عدم مراعاة الفروق الفردية
- إهمال التوزيع النسبي للأدوات والأجهزة علي التلاميذ
- عدم الاعتماد علي القيادات الطلابية وخاصة في التقسيم لمجموعات
- عدم الإشراف بطريقة دورية منتظمة على المجموعات
- تجاهل إصلاح الأخطاء
- إصلاح الأخطاء بطريقة شكلية
- إصلاح الأخطاء بذكر الخطأ وليس بذكر الصحيح
- تجاهل عوامل الدافعية والتحفيز
- التحرك الكثير بين المجموعات
- عدم استخدام بعض الأدوات الرياضية التي أعدها المدرس

**6. أخطاء ختام الدرس**

وتتمثل الأخطاء بما يأتي:

- تجاهل فترات الاسترخاء
- تجاهل فترة تبديل الملابس
- التعدي على فترة الراحة بين الدرسين
- الانصراف دون نظام
- تجاهل أهمية النظافة الشخصية بعد نهاية الحصة وعدم القيام بغسل اليدين والوجه
- تجاهل النماذج الجيدة من التلاميذ وتجاهل شكرهم

**7. أخطاء شخصية في التدريس:**

وتتمثل الأخطاء بما يأتي:

- تجاهل او عدم التقدير الصحيح لزمن الدرس وأجزائه
- ارتداء أزياء غير ملائمة لتدريس التربية البدنية والرياضية
- التجهم والكآبة في التدريس
- استعمال الصفارة أكثر من اللازم أو تجاهلها تماما
- إحضار المدرس للأدوات بنفسه في أثناء التدريس
- إضفاء الطابع العسكري علي التدريس
- ترك بعض الأدوات خارج الملعب كالكرات
- تجاهل اعتبارات الطقس
- جنوح الدرس للملل والرتابة
- النزول علي رغبات التلاميذ في ممارسة كرة القدم فقط
- أداء نموذج حركي غير جيد أمام التلاميذ
- استخدام بعض الألفاظ غير التربوية في أثناء إدارة الدرس