

## المحاضرة الثامنة :

# أسس تشكيل الأفواج في حصة التربية البدنية والرياضية

يعتمد تشكيل الأفواج على جملة من الأسس والقواعد أهمها :

\* العمر الزمني والعمر التثري

\* الجنس

\* الاستعدادات البدنية والفنية

\* الامكانيات المتاحة للعمل

\* زمن الحصة أو النشاط

1 - **العمر الزمني والعمر التثري** : ما يلاحظ على تشكيلة القسم من التلاميذ الفروقات

الفردية في البنية الجسمية رغم تماثلهم في العمر الزمني ، فنجد منهم القصير ، والطويل .  
وفيهم الجسيم وهذا ما يسمى بالعمر التثري .

حيث يختلف العمر الزمني عن العمر التثري ، وعليه يجب مراعاة هذا الجانب عند تقسيم الأفواج

2 - **الجنس** : فهناك فرق واضح بين الذكور والإناث ، خاصة في المرحلة الثانوية . فالذكور

عادة ذوو قوة وعضلات أشد وأمتن ، ويزداد الجسم طولاً ووزناً ، في حين تظهر  
علامات الأنوثة عند البنات ويملن إلى الليونة .

3 - **الاستعدادات البدنية والفنية** : قد نجد في القسم عدد من التلاميذ من له توافق عصبي

عضلي وقدرات بدنية متميزة أو جانب فني إما وراثي كخاصية السرعة ، وإما مكتسب  
من جراء الممارسة والتدريب كحسن المراوغة بالكرة .

4 - **الإمكانات المتاحة للعمل** : إن للمساحة أو المساحات المخصصة للعب ، والعتاد

المخصص للأداء دوراً هاماً في نجاح العمل بالأفواج ، فمثلاً نجد أن شساعة المكان تسمح  
باستعمال طريقة العمل بالورشات ، أو كثرة عدد الكرات في نشاط كرة السلة تسمح بتشكيل  
أكبر عدد من الأفواج.

5 - **زمن النشاط والحصة** : يلعب التوقيت المخصص لدرس التربية البدنية

والرياضية بصفة عامة ، أو النشاط الواحد داخل الحصة ، أو فترة أدائه إما في جو

حار أو بارد أو معتدل ، بصفة خاصة دوراً في تشكيل الأفواج وبذلك تكون فترة العمل  
أطول وتكون عموماً كمية العمل أكبر .

- طرق تسيير الدرس عند العمل بالورشات :

وهو استخدام جميع السبل والوسائل التي تساعد على تنظيم التلاميذ بشكل ديناميكي يسمح بالوصول إلى الهدف بأسرع طريقة ، ولعل أهم طرق تسيير الدرس ، العمل بالأفواج وعلى أشكال متباينة أهمها :

### **- طريقة الأداء المتتابعي ( الطوابير ) :** وفيها يقوم التلاميذ بأداء التمارين

بالترتيب بدون توقف ، ومن مميزاتها إمكانية ملاحظة كل التلاميذ ، مع تماسك الوحدة البنائية للدرس بتنظيم للحمل بشكل أفضل ، وعموما تستخدم في دروس الجمباز والقفز . ومن عيوبها الفترات التي يقضيها التلاميذ في انتظار دورهم للأداء ، وبذلك فكمية العمل فيها ناقصة .

### **- طريقة المناوبة :** يؤدي التلاميذ التمارين بشكل تناوبي ، بحيث يقسمون إلى

جموعات تتناوب العمل فيما بينها .

### **- طريقة العمل بالورشات :** وفيها يقسم الأستاذ التلاميذ إلى أفواج تتوزع على

ميدان العمل لتقوم بالتمارين في آن واحد ، وبشكل منفصل على بعضها البعض . وهنا يتحتم الأمر على الأستاذ أن يمر على المجموعات لمراقبة الأعمال والتصحيح والتوجيه.