

الطرق المستخدمة في تدريس التربية البدنية والرياضية

1. الطرق العامة :

كل الطرق العامة يمكن استخدامها في تعليم المهارات الحركية وتنقسم عموما إلى ثلاثة

أنواع رئيسية هي:

1.1 الطريقة المباشرة:

وفيها يتم تحديد واختيار الأنشطة من جانب الأستاذ بنسبة 100% ولا يتدخل التلميذ في

أي شيء إلا التنفيذ طبقا لتعليمات الأستاذ. وهذه الطريقة هي المتبعة حاليا في المدارس حيث يتم إعداد درس التربية البدنية والرياضية عن طريق الأستاذ ويقوم التلميذ بتنفيذ كل ما يطلب منه، أي أنها عملية تلقين وتكليف بدلا من كونها عملية انطلاق وتعبير حيث أنها تفتقر إلى إعطاء فرص الاستكشاف والابتكار من جانب التلاميذ ورغم هذا فإنها تمكن الأساتذة الجدد من تثبيت أنفسهم وحسن السيطرة على الفصل من خلال فرض النظام، فتمنح كل من التلاميذ والأستاذ الطمأنينة ويكون الانتقال من المباشر إلى غير المباشر في العمل تدريجيا وبأفضل صورة.

2.1 الطريقة غير المباشرة:

وفيها يقوم التلاميذ باختيار الأنشطة والمهارات طبقا لقدراتهم البدنية والعقلية، وهذه الطريقة تساعد التلاميذ على الاستكشاف والتجريب وتنمية صفات المبادرة وإعطائهم الثقة بأنفسهم خصوصا عندما يستخدم الأجهزة ويتعامل معها بحرية، ويكون دور الأستاذ فيها مرشدا وموجها وليس ناقلا للمعلومات، كما أنها تعطي له فرصة اكتشاف ميول التلاميذ.

وتتيح له الفرصة أيضا في قياس قيمة الذي يعطيه، وذلك برؤيته ما يمكن أن يعمل كل تلميذ عندما يكون حرا فيما يختار. ولا شك أن هذا الإجراء هو المدخل الصحيح ومع ذلك فعندما نترك التلاميذ يحددون ما يفضلون بأنفسهم فعلى الأستاذ ألا يبتعد ويقف بعيدا بل لا بد أن يستمر في التوجيه والتحفيز حتى يتمكن كل فرد من استعمال كل قدراته بشكل جيد واكتساب مهارات التحرك والأداء ويتمكن من التنوع في الحركات.

لكن يمكن أن يصبح من الصعب التحكم والتوجيه إذا كان كل واحد يعمل أشياء مخالفة.

3.1. الطريقة المقيدة:

تعتبر الطريقة المقيدة مزيجا بين الطريقة المباشرة وغير المباشرة وفيها يكون التلاميذ أحرارا في التدريب في نطاق قيود يضعها الأستاذ فهو حق يحدد نوع النشاط المطلوب ممارسته، ويترك للتلاميذ حرية أدائه وفقا لسابق للعربية خبرتهم أو حدود معلوماتهم، فمثلا في المرحلة الرئيسية من درس التربية .. البدنية والرياضية يحدد الأستاذ نوع النشاط كالتمرير في كرة السلة، ويترك للتلاميذ حرية التدريب والأداء سواء كان التمرير من الأعلى أو من الأسفل وهذه الطريقة تساعد على الاستكشاف والتجريب، ولهذا فهي تعتبر طريقة تربوية نفسية تراعي الفروق الفردية وتظهر المواهب التي تحتاج إلى رعاية وتوجيه.

- مما تقدم يتضح أنه لا يمكننا تمييز طريقة عن طريقة أخرى، فكل نشاط من أنشطة التربية البدنية والرياضية يدرس بطريقة تتناسب مع هذا النشاط.

ربط الطرق الثلاث:

إن تنوع طرق التدريس خلال حصة واحدة يساهم في معرفة واكتشاف جوانب عديدة من المتعلم والنمو العقلي والاجتماعي للتلاميذ، فعلى الأستاذ أن يدرك أهمية ربط الطرق الثلاث، فقد يحدث أحيانا استخدام الطرق الثلاث في حصة واحدة دون قصد فمثلا قد يطلب الأستاذ من التلاميذ التدريب على تقنية معينة بحرية (طريقة غير مباشرة) وفي أثناء التدريب يتجه الأستاذ إليهم بالإرشاد والتصحيح والتحفيز فيختار مثلا تلميذ أو تلميذين ليقدموا عرضا أمام زملائهم ويطلب منهم الأداء (انتقال من غير المباشر إلى المباشر)، وقد يطلب من التلاميذ تنطيط الكرة مثلا دون أن يذكر بأية يد أو من الثبات أم الحركة (فهنا يكون قد انتقل إلى الطريقة المقيدة) ثم يطلب التنطيط بالمحاورة من الجهة اليمنى عودة إلى (الطريقة المباشرة)، وهكذا حسن ما يراه مناسبا لأهداف الدرس.

2. الطرق الخاصة:

ونذكر منها ما يلي:

1.2 الطريقة الكلية:

ومعناها أن تؤدي الحركة كوحدة متكاملة، وتسمح هذه الطريقة للتلميذ بان يدرك العلاقة بين أجزاء جسمه ووضعه الزماني والمكاني، وهذا الإحساس لا يمكن إدراكه إلا إذا كان أداء الحركة متصلا، كما تصلح هذه الطريقة مع المستوى الناضج من التلاميذ أو عند تعلم مهارة بسيطة بحيث يمكن لجميع التلاميذ استيعابها مرة واحدة كالدرجة الأمامية مثلا.

2.2 الطريقة الجزئية:

ومعناها تقسيم الحركة إلى أجزاء الأساسية، خاصة في الحركات المركبة، فيتم تعليم كل جزء على حدة حتى تتحسن استجابات التلاميذ لأننا لو اقتصرنا في تعليم الحركة على الطريقة الكلية فقط فسوف يتكرر التدريب على الاستجابات الخاطئة، وإذا لم تصحح فوف بثت تعليمها مبكرا ويصبح من الصعب معالجتها.

3.2 طريقة حل المشكلات:

بحيث لا يوفر الأستاذ مفاتيح الحل للمشكلة، ويترك للتلميذ البحث عن الإجابة بالكامل، والغرض الاساسي من هذا الشكل هو تشجيع التلاميذ على البحث والتقصي.

4.2 طريقة استخدام البرامج الفردية:

يستخدم البرنامج الفردي في التربية البدنية والرياضية لتوفير فرصة كاملة للتعلم الذاتي الذي يعطى التلميذ الاستقلال في العمل. وهذا ما يساعده على تقويم نفسه ذاتيا بعد تنفيذ البرنامج، وهذا ما يحقق التعلم الذاتي.

واستخدام هذه الطريقة يساعد على حل مشاكل الاتصال التي تأتي في حالة العمل في مساحات واسعة، أو عندما يكون مستوى الصحيح عال بسبب حضور عدة أساتذة في قاعة واحدة. أما من الناحية التطبيقية فان البرامج الفردية تتطلب :

- اسم التلميذ القسم. تاريخ بداية البرنامج، النشاط النطق.
- تعليمات عن الأهداف المسطرة، طريقة تطبيق البرنامج، التنظيم، المكان.
- قائمة التمرينات المستخدمة مع ذكر عدد التكرارات والمدة.

5.2 طريقة الوحدات:

إن الوحدات هي تنظيم خبرات المقرر الدراسي ووضعه في تقسيمات كبيرة وشاملة ترتبط بعضها ببعض وذلك لما بينها من علاقات، ويجب استغلال أقصى ما يمكن استخدامه من الأدوات والإمكانيات عند تنفيذ الوحدة، وإعطاء ألعاب صغيرة تخدم النشاط، كما يراعى زيادة العمل حسب مستوى التلاميذ ويترك للأستاذ حرية التشكيلات حسب مساحة الملعب وحرية الابتكار في التنفيذ بالإضافة إلى مراعاة الانتقال من مجموعة إلى أخرى داخل الوحدة في تسلسل منطقي من السهل إلى الصعب.

من خلال سردنا لهذه الطرق الحديثة في التدريس تلاحظ أنها جعلت التلميذ هو محور الاهتمام، وتغير مفهوم عمل الأستاذ من مركز التحكم وإعطاء الأوامر إلى مرشد وموجه، وإعطاء التلاميذ الفرصة الكاملة لتحمل المسؤولية وتحقيق التعلم الذاتي.