



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا / الماجستير

المفاهيم والتطبيقات

محاضرة في مادة طرائق التدريس

لطلبة الدراسات العليا / الماجستير

اعداد التدريسي

أ.م.د. حسام عبد مهدي

٢٠٢٥ م

١٤٤٦ هـ

مبادئ طرائق التدريس وتطبيقاتها في التربية البدنية وعلوم الرياضة

تمهيد

في عالم التربية البدنية وعلوم الرياضة، لا يقتصر دور المعلم أو المدرب على مجرد نقل المعلومات والمهارات، بل يتعدى ذلك إلى تشكيل وصقل أجيال المستقبل من الرياضيين، وغرس فيهم حب الرياضة والشغف بالنشاط البدني. لتحقيق هذا الهدف النبيل، يتطلب الأمر فهماً عميقاً لمبادئ طرائق التدريس وتطبيقاتها العملية، مما يمكن المعلم من تقديم تجارب تعليمية رياضية فعالة وملهمة. في هذه المحاضرة، سنستكشف سوياً عالم علم التدريس، ونغوص في مفاهيمه الأساسية، ونستعرض أحدث النظريات والتطبيقات العملية التي من شأنها أن تساعدكم على تطوير مهاراتكم التدريسية وتحقيق أهدافكم التعليمية.

أهمية طرائق التدريس في التربية البدنية

إن دوركم كمعلمين ومدربين في مجال التربية البدنية يتجاوز مجرد نقل المعلومات والمهارات. أنتم المسؤولون عن تشكيل وصقل أجيال المستقبل من الرياضيين، وغرس فيهم حب الرياضة والشغف بالنشاط البدني. ولتحقيق ذلك، يتطلب الأمر أكثر من مجرد إتقان للمادة العلمية، بل يتطلب أيضاً فهماً عميقاً لطرائق التدريس الفعالة التي تمكنكم من نقل هذه المعرفة بطريقة محفزة ومشوقة. كما أكد عليه كيرك (٢٠١٦)، فإن "المعلم الجيد في التربية البدنية لا يكتفي بتعليم المهارات الرياضية، بل يسعى أيضاً إلى تنمية شخصية الطلاب وغرس قيم رياضية إيجابية في نفوسهم".

المفردات الدراسية

في رحلتنا هذه، سنبدأ بتعريف علم التدريس ومفاهيمه الأساسية، ثم سنتعمق في نظريات التدريس الحديثة وتطبيقاتها العملية في تحسين مخرجات التعليم (شولمان، ١٩٨٦). سنستكشف استراتيجيات تدريس مبتكرة مثل التدريس المبني على حل المشكلات والتعلم القائم على الاستفسار. وسنناقش أهمية صياغة الأهداف السلوكية بشكل فعال (ماجر، ١٩٦٢) ودورها في توجيه عملية التعليم والتعلم. وأخيراً، سنتناول أساليب المشاركة الصفية وتقييم الطلاب.

علم التدريس: حجر الزاوية

يُعرف علم التدريس بأنه الدراسة المنهجية للعملية التعليمية، بما في ذلك طرق التدريس، وتصميم المناهج، وتقييم الطلاب. يهدف علم التدريس إلى فهم وتحسين كيفية تعلم الطلاب، وتطوير استراتيجيات تدريس فعالة لتعزيز هذا التعلم. يعتبر علم التدريس حجر الزاوية في تطوير عملية التعليم (شولمان، ١٩٨٦)، حيث يزودنا بالأدوات والمعرفة اللازمة لتصميم وتنفيذ وتقييم تجارب تعليمية فعالة.

المفاهيم الأساسية لعلم التدريس

تشمل المفاهيم الأساسية لعلم التدريس ما يلي:

- **الأهداف التعليمية:** يجب تحديد الأهداف بوضوح قبل البدء في عملية التدريس. هذه الأهداف تحدد ما ينبغي على الطلاب تحقيقه في نهاية الدرس أو الوحدة التعليمية. يجب أن تكون الأهداف قابلة للقياس ومحددة وواقعية وذات صلة باحتياجات الطلاب (Mager, ١٩٦٢).
- **التخطيط:** يتضمن تحديد الأنشطة والوسائل التعليمية التي ستستخدم لتحقيق الأهداف التعليمية. يجب أن يكون التخطيط شاملاً ومرناً، ويأخذ في الاعتبار الفروق الفردية بين الطلاب (Shulman, ١٩٨٦).
- **التنفيذ:** يشير إلى التطبيق الفعلي للخطة التدريسية في الفصل الدراسي. يجب أن يكون التنفيذ منظماً وفعالاً، ويضمن مشاركة جميع الطلاب.
- **التقييم:** يتضمن جمع وتحليل المعلومات حول مدى تحقيق الطلاب للأهداف التعليمية. يمكن استخدام مجموعة متنوعة من أدوات التقييم، مثل الاختبارات والملاحظات والمهام الأدائية (Kirk, ٢٠١٦).
- **التغذية الراجعة:** تقديم معلومات للطلاب حول أدائهم لمساعدتهم على تحسين تعلمهم. يجب أن تكون التغذية الراجعة بناءة ومحددة وفي الوقت المناسب (Timperley & Hattie, ٢٠٠٧).

تطبيق علم التدريس في التربية البدنية

في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة، يمكن لعلم التدريس أن يساعدنا في تحقيق العديد من الأهداف، بما في ذلك:

- **تحسين الأداء الرياضي للطلاب:** من خلال استخدام أساليب تدريس فعالة لتعليم المهارات الرياضية وتطوير اللياقة البدنية. يمكن للمعلمين استخدام مجموعة متنوعة من الأساليب، مثل العرض التوضيحي، والممارسة، والتغذية الراجعة، لضمان تعلم الطلاب للمهارات بشكل صحيح (Rink, 2006).
- **تعزيز فهمهم للمفاهيم الرياضية والعلمية:** من خلال ربط المفاهيم النظرية بالتطبيق العملي وتقديم أمثلة واقعية من عالم الرياضة. يمكن للمعلمين استخدام الرسوم البيانية، والنماذج، والتجارب العملية، لمساعدة الطلاب على فهم المفاهيم الرياضية والعلمية بشكل أفضل (Grant & Williams, 1999).
- **تنمية مهاراتهم الحركية والاجتماعية:** من خلال توفير فرص للطلاب للمشاركة في أنشطة جماعية وتفاعلية. يمكن أن تشمل هذه الأنشطة الألعاب الرياضية الجماعية، والتمارين التعاونية، ومشاريع اللياقة البدنية الجماعية، مما يعزز التفاعل الاجتماعي والتعاون بين الطلاب (Hellison, 2011).
- **غرس قيم رياضية إيجابية في نفوسهم:** مثل الروح الرياضية، والعمل الجماعي، والانضباط الذاتي، والمثابرة. يمكن للمعلمين تعزيز هذه القيم من خلال تقديم نماذج إيجابية، وتشجيع السلوك الإيجابي، ومعالجة السلوك السلبي بشكل بناء (Beller & Stoll, Lumpkin, 2003).

نظريات التدريس الحديثة وتطبيقاتها

شهد علم التدريس تطوراً هائلاً في السنوات الأخيرة، حيث ظهرت نظريات جديدة تؤكد على دور الطالب النشط في عملية التعلم. من بين هذه النظريات:

- **النظرية البنائية:** تركز على بناء المعرفة من خلال الخبرات والتفاعل مع البيئة. يعتبر التعلم عملية نشطة يقوم فيها الطلاب ببناء فهمهم الخاص بناءً على خبراتهم السابقة ومعلوماتهم الجديدة (Fosnot, 1996). في التربية البدنية، يمكن تطبيق هذه النظرية من خلال تشجيع

الطلاب على استكشاف حركات جديدة وتجربة استراتيجيات مختلفة في الألعاب الرياضية، مما يمكنهم من بناء فهم أعمق للمهارات والمفاهيم الرياضية.

- **النظرية الاجتماعية :** تؤكد على أهمية التفاعل الاجتماعي في التعلم. يعتقد باندورا (Bandura, ١٩٧٧) أن التعلم يحدث من خلال الملاحظة والتقليد والتفاعل مع الآخرين. يمكن تطبيق هذه النظرية في التربية البدنية من خلال تنظيم أنشطة جماعية وتشجيع الطلاب على التعلم من بعضهم البعض، مما يعزز مهاراتهم الاجتماعية وقدرتهم على العمل في فريق.
- **النظرية المعرفي :** تهتم بكيفية معالجة الدماغ للمعلومات وتخزينها. يركز هذا النهج على العمليات العقلية الداخلية مثل الانتباه، والإدراك، والذاكرة، وحل المشكلات (Bruner, ١٩٦٠). يمكن تطبيق هذه النظرية في التربية البدنية من خلال مساعدة الطلاب على فهم القواعد والاستراتيجيات الرياضية، وتطوير مهاراتهم في اتخاذ القرارات وحل المشكلات في سياق رياضي، مما يعزز قدراتهم العقلية بالإضافة إلى قدراتهم البدنية.

تطبيق النظريات الحديثة في التربية البدنية

- لتطبيق هذه النظريات بشكل فعال في مجال التربية البدنية، يجب على المعلم أن يقوم بما يلي:
- **التخطيط:** تصميم دروس تراعي هذه النظريات، مع التركيز على إشراك الطلاب بشكل فعال وتوفير فرص لهم لبناء المعرفة بأنفسهم. يجب أن تتضمن الخطط التدريسية أنشطة متنوعة تلبي احتياجات وقدرات جميع الطلاب، وتشجعهم على التفكير النقدي وحل المشكلات. على سبيل المثال، يمكن للمعلم أن يخطط لدرس يتضمن تحديًا رياضيًا يتطلب من الطلاب العمل معًا لإيجاد حلول مبتكرة (Ashworth & Mosston, ٢٠٠٢).
- **التنفيذ:** تطبيق الاستراتيجيات المبتكرة في الملعب أو الصالة الرياضية، مع توفير بيئة تعليمية محفزة وتفاعلية. يجب على المعلم أن يكون مرشدًا وميسرًا للتعلم، وأن يشجع الطلاب على المشاركة الفعالة والتعبير عن أفكارهم. يمكن استخدام أساليب تدريس متنوعة، مثل التعلم التعاوني، والتعلم القائم على المشاريع، والتعلم من خلال اللعب، لجعل الدروس أكثر إثارة وجاذبية للطلاب (Parker & Holt/Hale, Graham, ٢٠١٣).
- **التقييم:** قياس مدى فعالية الأساليب المستخدمة من خلال مراقبة أداء الطلاب وتحصيلهم الدراسي. يجب استخدام مجموعة متنوعة من أدوات التقييم، مثل الاختبارات والملاحظات

والمهام الأدائية، للحصول على صورة شاملة لتقدم الطلاب. يمكن استخدام التقييم الذاتي وتقييم الأقران لتعزيز مشاركة الطلاب في عملية التقييم وتطوير مهاراتهم في التفكير النقدي (Tannehill & Lund, ٢٠١٥).

- **التطوير:** إجراء تعديلات وتحسينات مستمرة على الممارسات التدريسية بناءً على نتائج التقييم. يجب على المعلم أن يكون مستعداً لتغيير وتكييف أساليبه التدريسية بناءً على احتياجات الطلاب وملاحظاتهم. يمكن للمعلم أن يطلب من الطلاب تقديم ملاحظات حول الدروس والأنشطة، وأن يستخدم هذه الملاحظات لتحسين تجاربه التعليمية في المستقبل.

تعزيز التفكير النقدي في التربية البدنية

يعتبر تعزيز التفكير النقدي لدى الطلاب أحد أهم أهداف التربية البدنية وعلوم الرياضة. يمكن تحقيق ذلك من خلال:

- **تدريب الطلاب على تحليل المواقف الرياضية المختلفة:** فهم القواعد، وتقييم الاستراتيجيات، واتخاذ القرارات المناسبة. على سبيل المثال، يمكن للمعلم أن يطلب من الطلاب تحليل مباراة كرة قدم سابقة وتحديد نقاط القوة والضعف في أداء الفريقين، أو تحليل حركة رياضية معينة وتحديد العضلات والمفاصل المشاركة فيها.
- **تشجيعهم على تقييم الأداء بموضوعية:** تحديد نقاط القوة والضعف، واقتراح طرق للتحسين. يمكن للمعلم أن يطلب من الطلاب تقييم أدائهم الخاص في تمرين معين باستخدام معايير محددة، أو تقييم أداء زملائهم بناءً على نفس المعايير.
- **حثهم على ابتكار حلول للتحديات الرياضية التي يواجهونها:** تطوير مهارات حل المشكلات والتفكير الإبداعي. على سبيل المثال، يمكن للمعلم أن يطلب من الطلاب تصميم لعبة رياضية جديدة أو تعديل قواعد لعبة موجودة لجعلها أكثر تحدياً أو متعة، أو إيجاد حلول لمشكلة شائعة في الأداء الرياضي.

دمج التكنولوجيا في تدريس التربية البدنية

لا يمكن تجاهل دور التكنولوجيا في تطوير العملية التعليمية في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة. يمكن استخدام:

- **تطبيقات الهاتف:** لتتبع الأداء الرياضي للطلاب، وتقديم تغذية راجعة فورية، وتوفير برامج تدريبية مخصصة. على سبيل المثال، يمكن للطلاب استخدام تطبيقات لتسجيل أدائهم في الجري أو السباحة، أو لتتبع تقدمهم في برنامج تدريبي لبناء العضلات، أو للحصول على نصائح وتمارين إضافية.
- **تقنيات الواقع الافتراضي:** لمحاكاة المواقف الرياضية، وتحسين الأداء، وتوفير تجارب تعليمية غامرة. على سبيل المثال، يمكن استخدام الواقع الافتراضي لتدريب الطلاب على مهارات رياضية معقدة مثل التزلج أو الغوص، أو لتمكينهم من تجربة المنافسة في بيئة افتراضية، مما يزيد من دافعيتهم وثقتهم بأنفسهم.
- **منصات التعلم الإلكتروني:** لتوفير موارد تعليمية إضافية للطلاب، وتسهيل التواصل بين المعلم والطلاب، وتعزيز التعلم التعاوني. يمكن للمعلم استخدام هذه المنصات لمشاركة مقاطع فيديو تعليمية أو مقالات أو اختبارات تفاعلية، أو لإنشاء منتديات نقاش حيث يمكن للطلاب التفاعل مع بعضهم البعض ومشاركة أفكارهم، مما يعزز مشاركتهم وتفاعلهم مع المادة الدراسية.

التدريس المبني على حل المشكلات:

التدريس المبني على حل المشكلات هو نهج تعليمي يركز على تقديم مشكلات واقعية للطلاب، وتوجيههم نحو إيجاد حلول لها من خلال البحث والتحليل والتعاون. يعتبر هذا النهج فعالاً في تعزيز التفكير النقدي ومهارات حل المشكلات لدى الطلاب (Brenner, 1994).

في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة، يمكن تطبيق PBL من خلال تقديم سيناريوهات واقعية للطلاب، مثل:

- **"كيف يمكن تحسين أداء فريق كرة السلة في الرميات الحرة؟"** يمكن للطلاب تحليل أسباب ضعف الأداء، مثل القلق، أو عدم التركيز، أو التقنية الخاطئة، ثم اقتراح حلول مثل التدريب على الاسترخاء، أو تمارين التركيز، أو تصحيح التقنية.

• "ما هي أفضل طريقة لزيادة قوة عضلات البطن؟" يمكن للطلاب البحث عن أنواع مختلفة من تمارين البطن، وتقييم فعاليتها بناءً على الأبحاث العلمية، ثم تصميم برنامج تدريبي يتضمن هذه التمارين.

• "كيف يمكن تصميم برنامج تدريبي لتحسين اللياقة القلبية التنفسية؟" يمكن للطلاب التعرف على مكونات اللياقة القلبية التنفسية، وأنواع التمارين التي تعززها، ثم تصميم برنامج تدريبي يتضمن هذه التمارين، مع مراعاة مستوى لياقة الفرد وأهدافه.

ثم توجيههم لتحليل المشكلة وجمع المعلومات ذات الصلة. بعد ذلك، يتم تشجيع الطلاب على اقتراح حلول مبتكرة للمشكلة، وأخيرًا، يتم اختيار الحل الأمثل وتطبيقه عمليًا.

التعلم القائم على الاستفسار

يشجع التعلم القائم على الاستفسار الطلاب على طرح أسئلة استكشافية والبحث عن إجابات بأنفسهم، مما يمكنهم من اكتشاف المعرفة بشكل نشط (Schwab, 2016). يمكن للمعلم أن يطرح أسئلة مفتوحة تحفز الطلاب على التفكير، مثل:

• "ما هي العوامل التي تؤثر على أداء الرياضيين؟" يمكن للطلاب البحث عن عوامل مثل التغذية، واللياقة البدنية، والنوم، والتحفيز، والعوامل النفسية.

• "كيف يمكن للتغذية أن تساهم في بناء العضلات؟" يمكن للطلاب التعرف على أهمية البروتين والكربوهيدرات والدهون في بناء العضلات، وتأثير المكملات الغذائية على الأداء الرياضي.

• "ما هي أهمية الإحماء والتهدئة في ممارسة الرياضة؟" يمكن للطلاب فهم الفوائد الفسيولوجية للإحماء والتهدئة، وكيفية تصميم روتين إحماء وتهدئة فعال.

ثم يوجههم لاستخدام مصادر مختلفة للبحث عن الإجابات، مثل الكتب، والمقالات، ومقاطع الفيديو، والمواقع الإلكترونية الموثوقة.

الأهداف السلوكية: تحديد المسار

الأهداف السلوكية هي عبارات واضحة ومحددة تصف السلوك المطلوب من الطلاب تحقيقه في نهاية الدرس أو الوحدة التعليمية (Mager, ١٩٦٢). يجب أن تتضمن الأهداف السلوكية ثلاثة عناصر أساسية:

- **الفعل:** يصف ما سيقوم به الطالب، مثل "يؤدي"، "يشرح"، "يحلل"، "يقيم"، "يصمم"، "ينشئ". يجب أن يكون الفعل قابلاً للملاحظة والقياس.
- **المحتوى:** يحدد الموضوع أو المهارة التي سيتم تطبيقها، مثل "تمرين القرفصاء"، "مبادئ التغذية السليمة"، "قواعد كرة القدم"، "تاريخ الألعاب الأولمبية". يجب أن يكون المحتوى ذا صلة بالأهداف التعليمية ومناسباً لمستوى الطلاب.
- **المعيار:** يحدد مستوى الأداء المطلوب، مثل "بشكل صحيح"، "بدقة ٨٠٪"، "في غضون ٥ دقائق"، "باستخدام ثلاثة مصادر مختلفة على الأقل". يجب أن يكون المعيار قابلاً للقياس والتقييم.

أساليب المشاركة الصفية: نحو بيئة تعليمية تفاعلية

- توجد العديد من الأساليب التي يمكن استخدامها لتعزيز مشاركة الطلاب في الصف، مما يساهم في خلق بيئة تعليمية تفاعلية وحيوية. من بين هذه الأساليب:
- **المناقشات:** تشجيع الحوار وتبادل الأفكار بين الطلاب حول موضوع معين، مما يساعدهم على تطوير مهاراتهم في التواصل والتفكير النقدي. يمكن للمعلم أن يطرح أسئلة مثيرة للتفكير أو يقدم سيناريوهات واقعية ليحفز الطلاب على التعبير عن آرائهم والدفاع عنها.
 - **العروض التقديمية:** تمكين الطلاب من عرض أبحاثهم ومشاريعهم أمام زملائهم، مما يعزز ثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على التعبير عن أفكارهم. يمكن للمعلم أن يوجه الطلاب في إعداد عروض تقديمية احترافية باستخدام الوسائل البصرية والتقنية المناسبة.

- **الأنشطة الجماعية:** تنظيم ألعاب وتدريبات جماعية لتعزيز التعاون والعمل الجماعي بين الطلاب، وتنمية مهاراتهم الاجتماعية والقيادية. يمكن للمعلم أن يصمم أنشطة تتطلب من الطلاب العمل معًا لتحقيق هدف مشترك، مثل بناء هرم بشري أو تنظيم سباق تتابع.

أساليب تقييم الطلاب: قياس التقدم والتحسين

- يعتبر التقييم جزءًا أساسيًا من عملية التعليم، حيث يساعد في قياس مدى تحقيق الطلاب للأهداف التعليمية (كيرك، ٢٠١٦). يمكن استخدام أساليب تقييم مختلفة مثل:
 - **الاختبارات:** لقياس المعرفة النظرية للطلاب وفهمهم للمفاهيم والمبادئ الأساسية. يمكن أن تشمل الاختبارات أسئلة اختيار من متعدد، أو أسئلة مقالية، أو مهام عملية.
 - **الواجبات:** لتقييم قدرة الطلاب على تطبيق ما تعلموه في سياقات مختلفة. يمكن أن تشمل الواجبات كتابة تقارير، أو حل مسائل رياضية، أو تصميم برامج تدريبية.
 - **المشاريع:** لتقييم قدرة الطلاب على تطبيق المعرفة في سياقات عملية، وتشجيعهم على الإبداع والابتكار. يمكن أن تشمل المشاريع تنظيم فعالية رياضية، أو تصميم لعبة جديدة، أو إجراء بحث حول موضوع معين.
 - **التغذية الراجعة:** تقديم ملاحظات بناءة للطلاب حول أدائهم، لمساعدتهم على تحديد نقاط القوة والضعف وتطوير مهاراتهم. يجب أن تكون التغذية الراجعة محددة وواضحة وقابلة للتنفيذ، ويجب أن تركز على السلوك وليس على الشخص (Timperley, 2007 & Hattie).

الخاتمة: نحو مستقبل مشرق في التدريس الرياضي

في ختام هذه المحاضرة، نشجعكم على المشاركة الفعالة في الفصل الدراسي، وعدم التردد في طرح الأسئلة والاستفسارات. الأهم من ذلك، حاولوا تطبيق ما تتعلمونه في مجال تخصصكم، سواء كان ذلك في التدريب أو التدريس. تذكروا أنكم بصدد اكتساب مهارات ومعارف ستتمكنكم من إحداث فرق حقيقي في حياة الآخرين، من خلال تعزيز صحتهم ولياقتهم البدنية، وغرس فيهم حب الرياضة والشغف بالنشاط البدني.

قائمة المراجع:

- Bandura, A. (١٩٧٧). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Brenner, M. E. (1994). Problem-based learning in an undergraduate neuroscience course. *Journal of College Science Teaching*, ٢٣ (٥), ٣٠٤-٣٠٠.
- Bruner, J. S. (١٩٦٠). *The process of education*. Harvard University Press.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal & pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, ١١ (٤), ٢٦٨-٢٢٧.
- Fosnot, C. T. (١٩٩٦). *Constructivism: Theory, perspectives, and practice*. Teachers College Press.
- Graham, G., Holt/Hale, S. & Parker, M. (٢٠١٣). *Children moving: A reflective approach to teaching physical education*. McGraw-Hill Higher Education.
- Hattie, J. & Timperley, H. (2007). The power of feedback & Review of. *Educational Research*, ٧٧ (١), ٨١-١١٢.
- Hellison, D. (٢٠١١). *Teaching responsibility through physical activity*. Human Kinetics.

tr.wikipedia.org .١

tr.wikipedia.org

- Kirk, D .(٢٠١٦) .*Physical education and the study of sport* .Routledge
- Beller, J. M. (2003). Sport ethics: & ,Lumpkin, A., Stoll, S. K Applications for fair play. McGraw-Hill Humanities Social Sciences Languages
- Tannehill, D & ,Lund, J .(٢٠١٥) .*Standards-based physical education* .Bartlett Learning & Jones
- Mager, R. F .(١٩٦٢) .*Preparing instructional objectives* .Fearon Publishers
- Ashworth, S & ,Mosston, M .(٢٠٠٢) .*Teaching physical education* .Pearson
- Rink, J. E .(٢٠٠٦) .*Teaching physical education for learning* .McGraw-Hill Higher Education
- Schwab, J. J .(٢٠١٦) .*The practical 4: Something for curriculum* .Routledge
- Shulman, L. S. (1986). Those who understand: Knowledge growth in teaching .١٤-٤ , (٢) ١٥ ,*Educational Researcher*
- Grant, A & ,Williams, A .(١٩٩٩) .*Learning to teach physical education in the secondary school: A companion to school experience* .Routledge