

جامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد باتنة 2
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
السنة الأولى ماستر: قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

مطبوعة مقياس

البيداغوجية التطبيقية

أعمال تطبيقية

أ.د. مهدي سحاحي

السداسي الأول

2024 - 2023

قائمة المحتويات

- 2..... مدخل عام للبيداغوجية
- 9..... درس التربية البدنية والرياضية
- 13..... المفاهيم والمصطلحات
- 21..... أستاذ التربية البدنية والرياضية
- 27..... تسيير درس التربية البدنية
- 33..... درس التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي
- 37..... نماذج لوحدات تعليمية في الطور الابتدائي
- 59..... قائمة المراجع
- 61..... قائمة الملاحق

مدخل عام للبيداغوجية

نماذج لوحات تعليمية في الطور الابتدائي

تقويم تشخيصي

المؤسسة: ابتدائية.....

المستوى:

الأستاذ:

الميدان: الوضعيات والتنقلات

تعلمات: أن يتمكن المتعلم من التحكم في الجسم أثناء التنقل السريع

التوجيهات	الوقت	محتوى الإنجاز	محتوى التعلم	
* الحفاظ على الهدوء * التسخين الجيد	<u>15</u> د	اصطفاف التلاميذ، مراقبة البدلة الرياضية، أخذ الغيابات، شرح هدف الحصة بشكل مبسط + التحية الرياضية الافتتاحية <u>الموقف (01):</u> جري حول الساحة مع القيام بالإحماء للأطراف بتعليمات الأستاذ <u>الموقف (02):</u> لعبة افتتاحية (لعبة القط و الفأر)	التهيئة النفسية التحضير البدني لعام التحضير البدني الخاص	المرحلة التحضيرية

توظيف المكتسبات		يقسم القسم الى فوجين الورشة(01): لعبة المطاردة بإيعاز من قبل الاستاذ فعند الايعاز يلاحق التلميذ زميله وعند صافرتين يتوقف في مكانه	التنقل السرير	المرحلة الإثني
احترام الادوار	30د	الورشة(02): سباق في أروقة لمسافة 15م ومحاولة حساب الوقت لكل متعلم من أجل التحفيز فقط	اتمام المسافة	
العمل الجاد		الموقف:1 لعبة ايصال الكرات نحو سلة على شكل منافسة الموقف:02 جمع التلاميذ والتكلم معهم حول الحصص والفرق الفائزة والاصغاء اليهم ولآرائهم +تحية رياضية ختامية	- مناقشة	مرحلة ختامية
مشاركة الجميع في المناقشة	10د			
احترام الآراء				

حصة تعليمية رقم...

المؤسسة: ابتدائية.....

المستوى:

الأستاذ:

الميدان: الوضعيات والتنقلات

تعليمات: أن يتمكن المتعلم من التنسيق بين الأطراف أثناء الجري

التوجيهات	الوقت	محتوى الإنجاز	محتوى التعلم	
* الحفاظ على الهدوء * التسخين الجيد	<u>15</u> د	اصطفاف التلاميذ، مراقبة البدلة الرياضية، أخذ الغيابات، شرح هدف الحصة بشكل مبسط + التحية الرياضية الافتتاحية <u>الموقف (01):</u> جري حول الساحة مع القيام بالإحماء للأطراف بتعليمات الأستاذ <u>الموقف (02):</u> لعبة افتتاحية (لعبة القط والفأر)	التهيئة النفسية التحضير البدني لعام التحضير البدني الخاص	المرحلة التحضيرية

<p>العمل بالذراعين</p> <p>احترام الادوار</p> <p>الانصات للتعليمات</p>	<p>30د</p>	<p>يقسم القسم الى فوجين</p> <p>الورشة(01): يقوم المتعلم بالجري عبر سلم أرضي ثم حمل الكرة وايصالها نحو حلقة في آخر الرواق</p> <p>الورشة(02): قفز عبر حلقات ثم الجري وتنظيم الأقماع على شكل منافسة حيث يقوم المتعلم بالقفز عبر حلقات ثم التنظيم الأقماع الموجودة في آخر المسار بشكل تسلسلي قبل الزميل المنافس</p>	<p>عمل الذراعين</p> <p>التوافق الحركي</p>	<p>المرحلة الإيجابية</p>
<p>مشاركة الجميع في المناقشة</p> <p>احترام الآراء</p>	<p>10د</p>	<p>الموقف:1 لعبة إيصال الحلقات نحو عمود على شكل منافسة</p> <p>الموقف02 جمع التلاميذ والتكلم معهم حول الحصاة والفرق الفائزة والاصغاء اليهم ولآرائهم +تحية رياضية ختامية</p>	<p>- مناقشة</p>	<p>مرحلة ختامية</p>

حصة تعليمية رقم...

المؤسسة: ابتدائية.....

المستوى:

الأستاذ:

الميدان: الوضعيات والتنقلات

تعلّمات: أن يتمكن المتعلم من الجري والزيادة في السرعة

التوجيهات	الوقت	محتوى الإنجـاز	محتوى التعلّم	
* الحفاظ على الهدوء * التسخين الجيد	<u>15د</u>	اصطفاف التلاميذ، مراقبة البدلة الرياضية، أخذ الغيابات، شرح هدف الحصة بشكل مبسط + التحية الرياضية الافتتاحية <u>الموقف (01):</u> جري حول الساحة مع القيام بالإحماء للأطراف بتعليمات الاستاذ <u>الموقف (02):</u> لعبة افتتاحية (جمع الأكياس)	التهيئة النفسية التحضير البدني لعام التحضير البدني الخاص	المرحلة التحضيرية

<p>جري في المسار المحدد</p> <p>زيادة في السرعة</p> <p>الحفاظ على الادوار</p>	<p>30د</p>	<p>يقسم القسم الى فوجين</p> <p>الورشة (01): منافسة في اروقة لمسافة 15م وايصال الحلقة قبل الزميل المنافس في مسار مستقيم</p> <p>الورشة (02): لعبة جمع الالوان حيث توزع مجموعة من الحلقات على بعد 10م و يقوم المتعلم بالجري وجلب حلقة و ووضعا في عمود ثم يقوم الثاني بنفس العمل ويفوز الفريق الذي يكمل جميع الالوان اولاً</p>	<p>السرعة المتزايدة</p> <p>جري مستقيم</p>	<p>المرحلة الأولى</p>
<p>مشاركة الجميع في المناقشة</p> <p>احترام الآراء</p>	<p>10د</p>	<p>الموقف: 1 لعبة المطاردة</p> <p>الموقف 02 جمع التلاميذ والتكلم معهم حول الحصص والفرق الفائزة والاصغاء اليهم ولآرائهم +تحية رياضية ختامية</p>	<p>- مناقشة</p>	<p>مرحلة ختامية</p>

حصة تعليمية رقم...

المؤسسة: ابتدائية.....

المستوى:

الأستاذ:

الميدان: الوضعيات والتنقلات

تعلمات: أن يتمكن المتعلم من الجري السريع في المحور

التوجيهات	الوقت	محتوى الإنجاز	محتوى التعلم	
* الحفاظ على الهدوء * التسخين الجيد	<u>15د</u>	اصطفاف التلاميذ، مراقبة البدلة الرياضية، أخذ الغيابات، شرح هدف الحصة بشكل مبسط + التحية الرياضية الافتتاحية <u>الموقف (01):</u> جري حول الساحة مع القيام بالإحماء للأطراف بتعليمات الأستاذ <u>الموقف (02):</u> لعبة افتتاحية (لعبة الجليد)	التهيئة النفسية التحضير البدني لعام التحضير البدني الخاص	المرحلة التحضيرية

<p>الجري في المسار المحدد</p> <p>احترام الادوار</p> <p>اتباع اوامر الاستاذ</p>	<p>30د</p>	<p>يقسم القسم الى فوجين</p> <p>الورشة (01): جري في اروقة ووضع العلم في عمود حيث يقوم المتعلم بالجري في مسار محدد (مستقيم) ووضع العلم الخاص بالفوج في عمود قبل الزميل المنافس</p> <p>الورشة (02): جري مستقيم وايصال الشاخص حيث يقوم المتعلم بالجري على شكل منافسة مع زميله لمسافة 15م ومحاولة وضع الشاخص في الحلقة قبله</p>	<p>الجري المستقيم</p> <p>توازن الجسم</p>	<p>المرحلة الإثنية</p>
<p>مشاركة الجميع في المناقشة</p> <p>احترام الآراء</p>	<p>10د</p>	<p>الموقف 1: لعبة إيصال الأوراق نحو دائرة مرسومة على الأرض على شكل منافسة</p> <p>الموقف 02 جمع التلاميذ والتكلم معهم حول الحصاة والفرق الفائزة والاصغاء اليهم ولآرائهم +تحية رياضية ختامية</p>	<p>- مناقشة</p>	<p>مرحلة ختامية</p>

حصة تقويمية ادماجية

المؤسسة: ابتدائية.....

المستوى:

الأستاذ:

الميدان: الوضعيات والتنقلات

تعلمات: أن يتمكن المتعلم من التحكم في الجسم وعمل الاطراف اثناء الجري

التوجيهات	الوقت	محتوى الإنجاز	محتوى التعلم	
* الحفاظ على الهدوء * التسخين الجيد	<u>15</u> د	اصطفاف التلاميذ، مراقبة البدلة الرياضية، أخذ الغيابات، شرح هدف الحصة بشكل مبسط + التحية الرياضية الافتتاحية <u>الموقف (01):</u> جري حول الساحة مع القيام بالإحماء للأطراف بتعليمات الاستاذ <u>الموقف (02):</u> لعبة افتتاحية (امسك الفريسة)	التهيئة النفسية التحضير البدني لعام التحضير البدني الخاص	المرحلة التحضيرية

<p>التركيز</p> <p>الحفاظ على الأدوار</p>	<p>30د</p>	<p>يقسم القسم الى فوجين</p> <p>الورشة (01): سباق تتباع ووضع الحلقات حيث يقوم المتعلم بالجري مسافة 10م ويسلم الحلقة لزميله الذي بدوره ينطلق ويحاول وضع الحلقة في عمود الذي يبعد 10م قبل الزميل المنافس</p> <p>الورشة (02): الجري عبر حواجز. يقوم المتعلم بالجري واجتياز الحواجز والحلقات المتباعدة و الموضوعه في استقامة واحدة</p>	<p>التنسيق الحركي الجري المستقيم</p>	<p>المرحلة الإبداعية</p>
<p>مشاركة الجميع في المناقشة احترام الآراء</p>	<p>10د</p>	<p>الموقف: 1 لعبة المطاردة في حيز ضيق</p> <p>الموقف: 02 جمع التلاميذ والتكلم معهم حول الحصه والفرق الفائزة والاصغاء اليهم ولآرائهم +تحية رياضية ختامية</p>	<p>- مناقشة</p>	<p>مرحلة ختامية</p>

حصة تعليمية رقم...

المؤسسة: ابتدائية.....

المستوى:

الأستاذ:

الميدان: الوضعيات والتنقلات

تعلمات: أن يتمكن المتعلم من الجري ضمن مجموعة

التوجيهات	الوقت	محتوى الإنجاز	محتوى التعلم	
* الحفاظ على الهدوء * التسخين الجيد	<u>15</u> د	اصطفاف التلاميذ، مراقبة البدلة الرياضية، أخذ الغيابات، شرح هدف الحصة بشكل مبسط + التحية الرياضية الافتتاحية <u>الموقف (01):</u> جري حول الساحة مع القيام بالإحماء للأطراف بتعليمات الأستاذ <u>الموقف (02):</u> لعبة افتتاحية (لعبة القط و الفأر)	التهيئة النفسية التحضير البدني لعام التحضير البدني الخاص	المرحلة التحضيرية

<p>العمل الجماعي المنضم</p> <p>التركيز</p> <p>احترام الادوار</p>	<p>30د</p>	<p>يقسم القسم الى فوجين</p> <p>الورشة (01): لعبة الجليد ضمن مجموعة حيث يقسم الفوج الى مجموعات 3/3 او 4/4 والجري في مساحة محددة وعند الابعاز تتوقف المجموعة في وضعية جليدية أي عدم التحرك تخسر المجموعة التي تفقد التوازن</p> <p>الورشة (02): لعبة الارقام حيث يقوم التلاميذ بالجري الجماعي وعند سماع الرقم مثال 2 يصطف التلاميذ مثلا مثلا وهكذا يتم تغيير الرقم كل مرة</p>	<p>جري جماعي</p> <p>التنسيق الجماعي</p>	<p>المرحلة الإبداعية</p>
<p>مشاركة الجميع في المناقشة احترام الآراء</p>	<p>10د</p>	<p>الموقف: 1 لعبة نقل الكرات</p> <p>الموقف: 02 جمع التلاميذ والتكلم معهم حول الحصة والفرق الفائزة والاصغاء اليهم ولآرائهم +تحية رياضية ختامية</p>	<p>- مناقشة</p>	<p>مرحلة ختامية</p>

حصة تعليمية رقم...

المؤسسة: ابتدائية.....

المستوى:

الأستاذ:

الميدان: الوضعيات والتنقلات

تعلمات: أن يتمكن المتعلم من التنقل السريع عبر حواجز

التوجيهات	الوقت	محتوى الإنجاز	محتوى التعلم	
* الحفاظ على الهدوء * التسخين الجيد	<u>15د</u>	اصطفاف التلاميذ، مراقبة البدلة الرياضية، أخذ الغيابات، شرح هدف الحصة بشكل مبسط + التحية الرياضية الافتتاحية <u>الموقف (01):</u> جري حول الساحة مع القيام بالإحماء للأطراف بتعليمات الاستاذ <u>الموقف (02):</u> لعبة افتتاحية (لعبة جمع الحلقات)	التهيئة النفسية التحضير البدني لعام التحضير البدني الخاص	المرحلة التحضيرية

<p>السقوط الآمن</p> <p>اتمام المسافة</p> <p>الحفاظ على الأدوار</p>	<p>30د</p>	<p>يقسم القسم الى فوجين</p> <p>الورشة (01): يقوم المتعلم بالجري عبر حواجز متباعدة بعلو 20 أو 30سم و محاولة إيصال الحلقة قبل الزميل المنافس في مسار بطول 20م</p> <p>الورشة (02): يقوم المتعلم بالجري عبر حلقات متباعدة وزيادة في السرعة ووضع العلم قبل الزميل المنافس</p>	<p>الارتكاز الجيد</p> <p>القفز السليم بين الحلقات</p>	<p>المرحلة الإبداعية</p>
<p>مشاركة الجميع في المناقشة احترام الآراء</p>	<p>10د</p>	<p>الموقف: 1 لعبة جمع الأوراق على شكل منافسة</p> <p>الموقف: 02 جمع التلاميذ والتكلم معهم حول الحصص والفرق الفائزة والاصغاء اليهم ولآرائهم +تحية رياضية ختامية</p>	<p>- مناقشة</p>	<p>مرحلة ختامية</p>

تقويم تحصيلي

المؤسسة: ابتدائية.....

المستوى:

الأستاذ:

الميدان: الوضعيات والتنقلات

تعلمات: أن يتمكن من المتعلم من الجري المستقيم و زيادة في السرعة بشكل سليم

التوجيهات	الوقت	محتوى الإنجاز	محتوى التعلم	
* الحفاظ على الهدوء * التسخين الجيد	<u>15د</u>	اصطفاف التلاميذ، مراقبة البدلة الرياضية، أخذ الغيابات، شرح هدف الحصة بشكل مبسط + التحية الرياضية الافتتاحية <u>الموقف (01):</u> جري حول الساحة مع القيام بالإحماء للأطراف بتعليمات الاستاذ <u>الموقف (02):</u> لعبة افتتاحية (لعبة القط و الفأر)	التهيئة النفسية التحضير البدني لعام التحضير البدني الخاص	المرحلة التحضيرية

<p>توظيف المكتسبات</p> <p>عدم دفع الزميل</p> <p>العمل الجاد</p>	<p>30د</p>	<p>يقسم القسم الى فوجين</p> <p><u>الورشة(01):</u> لعبة يقوم المتعلم بالجري في رواق لمسافة 20م محاولا لمس زميله الذي انطلق قبله قبل ان يصل الى العلم</p> <p><u>الورشة(02):</u> على شكل منافسة يقوم المتعلم بسباق تنافسي ومحاولة اىصال العلم قبل الزميل المنافس لمسافة 15م</p>	<p>زيادة السرعة</p> <p>اتمام المسافة</p>	<p>المرحلة الإنتاجية</p>
<p>مشاركة الجميع في المناقشة</p> <p>احترام الآراء</p>	<p>10د</p>	<p><u>الموقف:1</u> لعبة اىصال الكرات نحو سلة على شكل منافسة</p> <p><u>الموقف:02</u> جمع التلاميذ والتكلم معهم حول الحصص والفرق الفائزة والاصغاء اليهم ولآرائهم +تحية رياضية ختامية</p>	<p>- مناقشة</p>	<p>مرحلة ختامية</p>

قائمة المراجع

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة باتنة 2-
السنة الأولى ماستر: قسم النشاط البدني الرياضي التربوي
مقياس البيداغوجية التطبيقية "أعمال تطبيقية": السداسي الأول 2023-2024
أ.د: سحساحي مهدي

قائمة المراجع