

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

اللجنة الوطنية للمناهج المجموعة

المتخصصة للتربية البدنية والرياضية

الوثيقة المرافقة

لمنهج التربية البدنية والرياضية

مرحلة التعليم الابتدائي

2016

الفهرس

الرقم	المضمون	الصفحة	الرقم	المضمون	الصفحة
1	تقديم المادة	1	8	شروط وضع المنهج حيّز التطبيق	57
1.1	خصائص في مرحلة التعليم الابتدائي	1	1.8	مقاصد المنهاج	57
2.1	مساهمة المادة في تحقيق الملامح	4	2.8	بناء المنهاج	58
3.1	صعوبات التعلّم الخاصة بالمادة	4			
2	القيم المنشودة في التعليم الابتدائي	6	9	مدوّنة الوسائل	60
1.2	القيم المنشودة في السنة الأولى الابتدائية	7	10	هيكله القسم	61
2.2	القيم المنشودة في السنة الثانية الابتدائية	8	11	التشكيلات والتقلات	62
3.2	القيم المنشودة في السنة الثالثة الابتدائية	9	1.11	التشكيلات	62
4.2	القيم المنشودة في السنة الرابعة الابتدائية	10	2.11	التقلات	63
5.2	القيم المنشودة في السنة الخامسة الابتدائية	11	12	التوصيات	63
3	مخطط التعلّم السنوي	13			
1.3	السنة الأولى الابتدائية	13			
2.3	السنة الثانية الابتدائية	16			
3.3	السنة الثالثة الابتدائية	19			
4.3	السنة الرابعة الابتدائية	22			
5.3	السنة الخامسة الابتدائية	25			
4	إجراء وحدة تعليمية	28			
1.4	الوضعية التقييمية الانطلاقية	28			
2.4	الوضعية التعليمية البسيطة	29			
3.4	الوضعية التعليمية الادماجية	30			
4.4	الوضعية التقييمية الادماجية	31			
5	التقويم	32			
1.5	تقويم الكفاءات	32			
2.5	تقييم المتعلّم	33			
6	اقتراح أركان أخرى	34			
1.6	نموذج لوحدة تعليمية	34			
2.6	نموذج لوحدة تعلّمية	35			
7	الوضعيات التعليمية - ملحق الألعاب	36			
1.7	ألعاب الملاحقة	36			
2.7	ألعاب التداول	44			
3.7	ألعاب المواجهة	47			
4.7	الألعاب الهادئة	54			

1 . تقديم المادة وكيفية مساهمتها في تحقيق الملامح

إنّ التربية البدنية مادة تعليمية كسائر المواد الأخرى، تساهم بقسط وافر في بلورة وتطوير شخصية الطفل. وتتميز بالتأثير المباشر على السلوك والتصرفات، وتحويلها من تلقائية موروثية إلى سلوكيات مبنية ومكيفة، بمنهج علمي شامل ذو نظرة متفتحة على المحيط بأبعاده .

ويعتبر اللعب المجال الأوفر في هذه المرحلة من التعليم، حيث يشكل الركيزة الأساسية لاكتشاف الطفل نفسه ومحيطه والتكيف معهما، والوسيلة المثلى لتطوير قدراته البدنية والفكرية، والرفع من درجة استثمار موارده الذاتية، والعمل على تنوع المهارة الحركية، موازاة مع تطوير الأجهزة الحيوية الوظيفية.

كما أنّه يمنحه فرص التعلم عن طريق المحاولة، ويتيح له متعة التخيل والإبداع، ومواجهة الذات والغير في نفس الوقت، بإبراز قدراته وتفعيلها من أجل الفوز.

ورغم ما بذل من مجهودات في هذا الصدد لم ترق التربية البدنية إلى ما تصبو إليه في المرحلة الابتدائية لاعتبارات كثيرة نحصرها في :

- اعتبارها نشاطا ترفيهيا وليس مادة تعليمية ذات أهداف مرتبطة بالمواد الأخرى من جهة، وبالتلميذ بمركباته (الحسية الحركية ، المعرفية ، العلائقية) من جهة أخرى؛

- محدودية ملمح تكوين المربين من معلمين ومديرين ومفتشين من حيث المادة معرفياً وبيداغوجيا ، جعلهم ينفرون منها ، وغالبا ما تعوّض بأنشطة أخرى كالتربية الرياضية والتربية العلمية التكنولوجية والقراءة ؛

- قلة - إن لم نقل انعدام- المرافق والوسائل التعليمية في أبسط مستوياتها في المؤسسات التعليمية الابتدائية وخاصة منها الريفية.

كلّ هذا طرح نفسه بحدة عند الشروع في بناء المناهج ، واستلزم الأمر التحلي بالواقعية والموضوعية للتوفيق بين الواقع الميداني المعيش ، والطموحات المتوخاة من التربية البدنية كمادة تعليمية .

وذلك، باعتماد منطق جديد ومقاربة ذات أبعاد شاملة في تكوين فرد فعال، متزن، مندمج ومتفتح يستطيع مواكبة ومواجهة الرهانات العالمية الحالية والمستقبلية .

1.1 . خصائص الطفل في مرحلة التعليم الابتدائي

أ . أهمّ مميزات طفل الطور الأول من التعليم الابتدائي

الجانب الاجتماعي:

- يسيطر عليه طابع الأنانية ؛

- يقتصر احتكاكه بمن يراهم قريبين منه؛

- يتجنب الظهور أمام الغير خوفا من التعرّض للسخرية.

الجانب النفسي: - سريع الانفعال في كثير من الأحيان؛

- متقلب المزاج (سريع الغضب ، سريع الفرح)؛

- يتملكه الملل بسرعة؛

- لا يقدر العواقب.

الجانب المعرفي:

- لديه بعض المعارف المكتسبة في البيت وفي المحيط القريب؛

- محبّ للتطلّع والاكتشاف؛

- محبّ للتقليد ولو على حساب قدرته.

الجانب الحركي:

- بنيته الجسمية لا زالت هشة؛

- تسيطر عليه الحركات العشوائية (الزائدة؛

- لا يسيّر طاقته ، يندفع كلياً في التنفيذ؛

- يتعب بسرعة ويسترجع قواه بسرعة؛

- عاملي التوجيه والاستجابة لديه ضعيفان .

ب . أهم مميزات طفل الطور الثاني من التعليم الابتدائي:

الجانب الاجتماعي:

- ميل شديد للعب مع الأقران .

- البحث عن الاستقلالية عن البيت وعناصر الأسرة .

- التطلع إلى العالم الخارجي (خارج البيت ،خارج المدرسة).

الجانب النفسي:

- يجد في اللعب متنفساً له؛

- قدرة التركيز على العمل الذي يقوم به؛

- مشاطرة الأقران في مشاكلهم والوقوف بجانبهم.

الجانب المعرفي:

- إدراك مفهوم بعض القيم الأخلاقية (التعاون ، المساهمة الطوعية ، المساعدة ...)؛

- يتوق إلى القصص والألعاب البطولية؛

- يزداد قاموسه اللغوي والمهاري ثراء فتتمو ثقته بنفسه.

الجانب الحركي:

- ينمو جسمه وخاصة من ناحية الطول ، بينما تبقى أجهزته هشة نوعاً ما؛

- سريع التحكم في المهارات الحركية ،حتى المركبة منها؛

- يزداد نمو عاملي الاستجابة والتوجيه مما يساعده على تحقيق مهارات حركية أكثر تعقيداً .

ج . أهم مميّزات طفل الطور الثالث من التعليم الابتدائي :

الجانب الاجتماعي:

- البحث عن توازن مصلحته الذاتية داخل وخارج الأسرة؛
- ميل للضغوطات الخارجية بالإضافة لاحترامه للقيم العائلية؛
- الانخراط في جماعة الأقران ومحاولة تنظيم أفواج اللعب ؛
- العمل على اكتساب الاستقلالية نسبيا؛
- حب التنافس وبداية التمييز بين الجنسين .

الجانب النفسي:

- نمو بطيء لعملية التمييز والتوافق؛
- حاجة الإحساس بالعدالة والقيام بالمبادرات؛
- البحث عن الاستقلالية؛
- اكتساب قواعد اللعب ومفهوم الواجبات والحقوق؛
- التطلع إلى الصورة الجسدية والاهتمام بها .

الجانب المعرفي:

- نمو مفهوم بعض القيم الأخلاقية (تعاون ، مساهمة ، طوعية ...)؛
- ثراء قاموسه اللغوي مما يساعده على سماع وسرد القصص؛
- يتوق إلى الألعاب البطولية.

الجانب الحركي:

- ظهور تحسن على مستوى التنسيق .
- الدقة في تنفيذ الحركات .
- التحكم في التوازن .
- التحكم الجيد في الحركات الطبيعية .
- اكتساب سريع لمختلف الآليات الحركية.
- طوعية الجسم عند الأداء تسمح بالتركيز لمدة طويلة.

2.1. مساهمة المادة في تحقيق الملامح:

لا تنحصر أهداف التربية البدنية في تكوين وبناء الجسم فقط، كما هو شائع في كثير من الأوساط، بل تتدخل بشكل مباشر، وتساهم بقسط وافر في تنمية وتطوير الشخصية بكل أبعادها (الحسية، الحركية، المعرفية ، العلائقية)، شأنها شأن المواد الأخرى ، فهي موجهة لتكوين المواطن الواعي، المسؤول والمتقف.

ويتمثل هذا في: التحكم في التصرفات وتنظيم السلوكات والمساهمة الفعالة في بناء المشاريع والخطط ، وهو ما يبرز في ما يلي:

أ - البعد المعرفي : التعرف على جسمه ومحيطه

- . الإحساس بجسمه،
- . المحافظة على توازن جسمه،
- . احترام جسمه وأجسام الآخرين؛

ب . البعد العلائقي: المساهمة في العمل الجماعي

- . التعاون مع الزملاء،
- . مواجهة الخصم،
- . التحلي بالروح الرياضية؛

ج . البعد التنظيمي : التمتع في الفضاء

- . استعمال حواسه للتنقل والتوجيه،
- . تقدير وضبط التقلات،
- . احترام وتيرة ، إيقاع؛

د . البعد التنفيذي: التحكم في الحركات القاعدية ،

- . إنجاز حركات أساسية،
- . تسلسل وتنسيق حركات،
- . التحكم في استعمال أداة.

3.1 . صعوبات التعلم الخاصة بالمادة:

كثيرا ما يقف تكوين المعلم كعائق في تدريس مادة التربية البدنية، مما يجعله ينفر منها في غالب الأحيان، وأنّ تناول الحالي للمادة مبنيّ أساسا على منطق التدريب، الذي لا يناسب قدرات جميع التلاميذ . وأنّ هذه المقاربة التخصصية لا تواكب الوضعية المادية الحالية للمؤسسات التعليمية، بالإضافة إلى كونها (التربية البدنية المطبقة بمفهوم التدريب) موجهة عموما للموهوبين، أي من لديهم القدرة على ذلك. فالجوّ التنافسيّ الذي يستهدفه التدريب غالبا ما يكون بمنطق الانتقاء والرغبة المعبر عنها لممارسة رياضة ما في المستوى المطلوب.

وفي المقابل، فإنّ المنطق التعليمي/التعلمي لحصة التربية البدنية كما نريده اليوم، مبنيّ على القدرات الطبيعية الذاتية التي يمتلكها التلاميذ .

وتناول الدرس بهذا المنطق يؤدي بالضرورة إلى وضع استراتيجيّة مبنية أساسا على وضعيات تعليمية/ تعلمية تتميز بإشراك التلاميذ في جميع مراحل الحصة .

من هذا المنطلق يمكن لكلّ معلّم التفكير في تصميم وإنجاز الوضعيّة التعلّمية، معتمدا على التوجيهات المنهجية التي يملّوها هذا المنطق .

أ. كيف يتم اختيار وضعيات التعلّم ؟

تختار الوضعيات التعلّمية تبعا لمدى ما تحقّقه من هدف الحصة، ويخضع هذا الاختيار لترتيبات منهجية وتعليمية:

• من الناحية المنهجية :

. يتطلب إتاحة الفرصة لجميع التلاميذ واستغلال كلّ الفضاء المتوفّر (السّاحة، الملعب، الأروقة ...)،

. تتوّع النشاطات، وتفهرس إلى تمارين تتميز بحركات المشي، الجري، التسلق، الرمي، الوثب، الدّفع السّحب، وتكون ذات صبغة لعب مشوّق،

. ترتّب حسب الجهد بحيث يتبع كلّ نشاط شديد الجهد بنشاط أقلّ منه شدة.

• من الناحية التعليمية :

تتسم الوضعيّة التعلّمية بـ:

- التدرّج : تبدأ الحصة دائما بتمارين أو ألعاب تتصف بأقلّ جهد، بأخفّ تركيز، بأسهل تركيب. وهنا تملي علينا المعالجة التعليمية للنشاط، تكييفه حسب المستوى، حسب الجنس وحسب الوقت والمساحة المطلوبة لإجرائه؛

- الديمومة: (الاستمرارية) تكون التمرينات والألعاب متواصلة ولا تفصل بينها فترات راحة طويلة ينجم عنها ضياع تأثير مرحلة الإحماء (التسخين) .

- التقدير: تكون الصّعوبات المقترحة في مستوى القدرات البدنية و السلوكية والذهنية للتلاميذ .

- التعاقب: عند الاعتماد على تمرينات أو ألعاب تتطلب شدة عالية، يجدر إتباعها بأخرى أخفّ منه جهدا وفي نفس الوقت يتمّ التعاقب بين التمرينات الخاصة بالقوة العضلية والمرونة والاسترخاء.

ب. كيف نبني وضعيّة تعليم / تعلّم ؟

اختيارنا لمفهوم " بناء" الوضعيّة له دلالاته. فشروط بناء بيت مثلا ترتكز على: الفكرة (الموضوع) . المهارات وأساليب البناء . الوسائل .

ومحاولة الوصول إلى بناء متجانس مشروط بتسلسل عمليّات :

. التفكير في المشروع وإنجاز المخطّط الذي يوضّح كيفية سير هذه الوضعيّة التعلّمية .

. تحديد مهام التلاميذ ، من حركات ووضعيات وتبادل للأدوار الخ

. دراسة الوسائل المادية والبشرية التي يمكنها استيعاب هذا المشروع (خصوصيات التلاميذ من حيث المستوى، خصوصيات المؤسسة من حيث الوسائل ...).

ج. كيف يتمّ تسيير الوضعيّة التعلّمية ؟

. مشاركة جميع التلاميذ في وضعيّة تعليم / التعلّم (أفرادا وجماعات) تمليه المساحة المخصّصة للنشاط

والمؤكّد هو ضرورة مراقبة تحركات جميع التلاميذ ، والمجهودات المبذولة .

- بعد شرح وعرض الحركة المطلوبة ، يتمّ أوّل إنجاز يتبعه التصحيح الجماعي للأخطاء (النقائص) المشتركة ، ويتابع الإِنجاز مع تصحيح فرديّ مشخّص دون قطع النشاط.
- لكلّ نشاط أو لعبة قواعد ضابطة يجب فهمها واحترامها ، وعلى التلميذ أن يعي أنه لا يمكن الممارسة في إطار منظّم بدون هذه القواعد ، و فسح المجال للجميع لنيل الفوز .

د . كيف تقوم الوضعية التعليمية ؟

- وجود التلميذ في وضعية تعليم/ تعلم ، تجبره على بناء تصرّفاته تدريجيّا حسب ما هوّ مطلوب ، والنشاط المناسب و الصّحيح هو الذي يكون استجابة للهدف المسطر . واستقراء النتائج المحصّل عليها وارد في كلّ وقت من الدّرس حسب المؤشّرات المحدّدة والمعلن عنها في بداية الحصّة .

و . ما مكانة الوضعية التعليمية من الحصّة؟

- تمثّل الوضعية التعليمية غالبا الجزء الرّئيسي من الحصّة ، و تتبع مرحلة الإحماء المبنية أساسا على المشي و الجري و حركات للمرونة الطّبيعية . تليها مرحلة الرجوع إلى الهدوء ، التي من خلالها يستعيد التلميذ حالته الطّبيعية العادية .

2 - القيم المنشودة في مرحلة التعليم الابتدائي

- معرفة واحترام رموز الأمة الجزائرية
- الالتزام بسلوك يضمن التماسك الوطني
- التشبع بمعرفة صحيحة وعميقة للموروث التاريخي للأمة الجزائرية
- التشبع بمعرفة صحيحة وعميقة للموروث اللغوي والثقافي للأمة الجزائرية
- تنمية مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث التاريخي واللغوي والثقافي للأمة الجزائرية
- المشاركة في حياة المواطنة
- تبني مواقف وسلوكات تحترم الحياة بصفة عامة والبيئة بصفة خاصة
- تبني مواقف وسلوكات التضامن مع الآخر
- تبني مواقف وسلوكات التسامح مع الآخر
- الإحساس بالمسؤولية
- التفتح على العالم و على الحضارات العالمية المختلفة
- التحلي بروح المبادرة
- التحلي بنشوة بذل المجهود
- التحلي بروح الاجتهاد والتحمل
- معرفة واحترام المؤسسات الدولية وعلاقتها بالحياة الوطنية والسياق العالمي
- تقبل ومواكبة التطور العالمي والمساهمة في تنميته

1.2 - القيم المنشودة في السنة الأولى الابتدائية

- الكفاءة الشاملة : يضبط حدود مقدرته بعد اكتشاف جسمه ومحيطه للتدخل بأمان .
القيم المنشودة :

- معرفة واحترام رموز الأمة الجزائرية وحمايتها.
- تبني مواقف التضامن والتسامح مع الآخر ونشر ثقافة اللاعنف.
- تبني مواقف وسلوكات تحترم الحياة بصفة عامة والبيئة بصفة خاصة.
- تبني مواقف وسلوكات تحترم حقوق الإنسان .
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المتنوعة.
- تنمية مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي للأمة الجزائرية وحمايته.
- المشاركة في حياة المواطنة.
- الإحساس بالمسؤولية .

أ - ميدان الوضعيات والتنقلات :

الكفاءة الختامية : يتخذ وضعيات وهيآت طبيعية لها علاقة مع محيطه المباشر .
القيم المنشودة :

- معرفة واحترام رموز الأمة الجزائرية وحمايتها .
- تبني مواقف وسلوكات تخدم الحياة بصفة عامة والبيئة بصفة خاصة
- التفتح على العالم وعلى الحضارات العالمية .
- تنمية مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي للأمة الجزائرية وحمايته

ب - ميدان الحركات القاعدية :

- الكفاءة الختامية : ينفذ حركات قاعدية مبنية على تكامل جسمه.

القيم المنشودة :

- معرفة واحترام رموز الأمة الجزائرية .
- تنمية مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي والتاريخي وحمايته.
- تنمية مواقف وسلوكات التضامن والتسامح ونشر ثقافة اللاعنف .
- تبني مواقف وسلوكات تحترم حقوق الإنسان.

ج - ميدان الهيكل والبناء :

الكفاءة الختامية : يحدد ويستغل فضاء الممارسة .

القيم المنشودة :

- معرفة واحترام رموز الأمة الجزائرية .
- المشاركة في حياة المواطنة .
- الإحساس بالمسؤولية .

- تبني مواقف وسلوكات تحترم الحياة بصفة عامة والبيئة بصفة خاصة.
- تبني مواقف التضامن والتسامح مع الآخر ونشر ثقافة اللاعنف .
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المتنوعة.

2.2 - السنة الثانية الابتدائية:

الكفاءة الشاملة : ينجز حركات قاعدية سليمة ويحافظ على ترابطها .

القيم المنشودة :

- معرفة واحترام الرموز الوطنية وحمايتها
- الالتزام بسلوكات تضمن التماسك الوطني
- تنمية مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي والتاريخي للأمة الجزائرية وحمايته
- تبني مواقف وسلوكات تحترم الحياة بصفة عامة والبيئة بصفة خاصة
- الإحساس بنشوة المجهود وبذله
- المشاركة في حياة المواطنة
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المختلفة
- تبني مواقف وسلوكات التضامن مع الآخر
- تبني مواقف وسلوكات التسامح مع الآخر ونشر سياسة اللاعنف
- التحلي بروح المبادرة والاحساس بالمسؤولية

أ. ميدان الوضعيات والتنقلات

الكفاءة الختامية : يتحول من موقف لآخر في الوقت المناسب

القيم المنشودة :

- معرفة واحترام رموز الأمة وحمايتها
- التحلي بروح المبادرة
- تبني مواقف وسلوكات التضامن مع الآخر
- تبني مواقف وسلوكات التسامح مع الآخر ونشر سياسة اللاعنف
- المشاركة في حياة المواطنة

ب - ميدان الحركات القاعدية :

الكفاءة الختامية : ينفذ حركات طبيعية بسيطة في وضعيات متنوعة.

القيم المنشودة :

- معرفة واحترام رموز الأمة وحمايتها
- تنمية مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي والتاريخي للأمة الجزائرية وحمايته

- التحلي بروح المبادرة والاحساس بالمسؤولية
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المتنوعة

ج - ميدان البناء والهيكلة :

الكفاءة الختامية : يحدد الأسلوب والفضاء المناسبين لاستعمال الأداة
القيم المنشودة :

- التحلي بروح المبادرة والاحساس بتحمل المسؤولية .
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المتنوعة.
- المشاركة في حياة المواطنة .
- تبني مواقف وسلوكات تحافظ على الحياة بصفة عامة والبيئة بصفة خاصة .

3.2 - السنة الثالثة الابتدائية:

الكفاءة الشاملة: يستعمل جملة من التصرفات القاعدية ويتمكن من ربطها مع بعضها البعض.
القيم المنشودة :

- معرفة واحترام رموز الامة .
- التمسك بسلوك يضمن التماسك الوطني .
- تنمية مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي والتاريخي وحمايته .
- تبني مواقف وسلوكات التضامن والتسامح مع الآخر ونشر سياسة اللاعنف.
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المختلفة.
- التحلي بروح المبادرة وتحمل المسؤولية .
- المشاركة في حياة المواطنة .

أ - ميدان الوضعيات والتنقلات

الكفاءة الختامية : ينتقي ويستعمل جملة من التصرفات حسب ما يتطلبه الموقف.
القيم المنشودة:

- معرفة واحترام رموز الأمة .
- التمتع بنشوة المجهود المبذول .
- تنمية مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي والتاريخي للأمة الجزائرية وحمايته .
- التمسك بسلوك يضمن التماسك الوطني .

ب - ميدان الحركات القاعدية :

الكفاءة الختامية : ينجز حركات متعلقة بالجري وبالرمي .
القيم المنشودة :

- تنمية مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي والتاريخي وحمايته.
- التمسك بسلوك يضمن التماسك الوطني .
- التفتح على العالم وعلى الحضارات العالمية المختلفة .
- الإحساس بالمسؤولية التحلي بروح المبادرة .

ج - ميدان الهيكلية والبناء :

الكفاءة الختامية : ينظم تدخلاته حسب الموقف .
القيم المنشودة

- معرفة واحترام رموز الأمة الجزائرية .
- التمتع بنشوة بذل المجهود .
- الإحساس بالمسؤولية والتحلي بروح المبادرة .
- المشاركة في حياة المواطنة .
- تبني مواقف وسلوكات التضامن والتسامح مع الآخر ونشر سياسة اللاعنف.

4.2 - السنة الرابعة الابتدائية

الكفاءة الشاملة : ينجز عمليات قاعدية ويحافظ على ترابطها وتسلسلها.
القيم المنشودة :

- معرفة المؤسسات الوطنية والدولية وعلاقتها بالحياة الوطنية والسياق العالمي .
- تقبل ومواكبة التطور العالمي والمساهمة في تنميته .
- تبني مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي والتاريخي للأمة الجزائرية وحمانيته.
- الإحساس والتمتع بنشوة بذل المجهود .
- الإحساس بالمسؤولية و التحلي بروح المبادرة.
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المختلفة .
- تبني سلوكات ومواقف التسامح والتضامن مع الآخر ونشر سياسة اللاعنف.

أ - ميدان الوضعيات والتنقلات

الكفاءة الختامية : ينجز مختلف التنقلات فرديا وجماعيا .
القيم المنشودة

- الإحساس بالمسؤولية والتحلي بروح المبادرة .
- تبني مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي والتاريخي وحمانيته.
- تقبل ومواكبة التطور العالمي والمساهمة في تنميته .
- الإحساس والتمتع بنشوة بذل المجهود .
- تبني سلوكات ومواقف التسامح والتضامن مع الآخر ونشر سياسة اللاعنف.

ب - ميدان الحركات القاعدية

الكفاءة الختامية : يؤدي حركات متعلقة بالوثب والرمي .
القيم المنشودة

- التحلي بروح المبادرة والإحساس بالمسؤولية .
- الإحساس والتمتع بنشوة بذل المجهود .
- التشبع بالموروث اللغوي والثقافي والتاريخي للأمة الجزائرية وحمانيته
- تبني سلوكات ومواقف التسامح والتضامن مع الآخر ونشر سياسة اللاعنف.
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المختلفة .

ج - ميدان البناء والهيكلة

الكفاءة الختامية : يستثمر فضاء الممارسة بما يتماشى و نوعية النشاط .

القيم المنشودة

- معرفة المؤسسات الوطنية والدولية وعلاقتها بالحياة الوطنية والسياق العالمي .
- تبني مواقف وسلوكات تحافظ على الموروث اللغوي والثقافي والتاريخي وحمايته .
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المختلفة .
- التحلي بروح بالمبادرة والإحساس بالمسؤولية .
- الإحساس والتمتع بنشوة بذل المجهود .

5.2 - السنة الخامسة الابتدائية

الكفاءة الشاملة: يسيطر على جسمه ويتخلص من الحركات الزائدة ويقوم بحركات قاعدية سليمة ويبني مشاريع وخطط بسيطة تستند عليها المواقف.

القيم المنشودة

- معرفة واحترام رموز الأمة الجزائرية .
- الالتزام بسلوك يضمن التماسك الوطني .
- التشبع بمعرفة صحيحة للموروث الوطني اللغوي والثقافي والتاريخي وحمايته.
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المختلفة .
- المشاركة في حياة المواطنة .
- تبني مواقف وسلوكات التضامن مع الآخر .
- الإحساس بالمسؤولية والتحلي بروح المبادرة .
- التمتع بنشوة بذل المجهود .
- تقبل ومواكبة التطور العالمي والمساهمة في تنميته .

أ. ميدان الوضعيات والتنقلات

الكفاءة الختامية : يتمكن من تنفيذ مختلف الوضعيات والتنقلات الأساسية والبسيطة .

القيم المنشودة

- معرفة واحترام رموز الأمة الجزائرية .
- الالتزام بسلوك يضمن التماسك الوطني.
- التشبع بمعرفة صحيحة للموروث الوطني اللغوي والثقافي والتاريخي وحمايته .
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المختلفة
- التمتع بنشوة بذل المجهود .

ب - ميدان الحركات القاعدية

الكفاءة الختامية: ينجز الحركات القاعدية المرتبطة بالرمي والوثب والجري التي يتطلبها الموقف بطريقة سليمة .

القيم المنشودة

- التشبع بمعرفة صحيحة للموروث الوطني اللغوي والثقافي والتاريخي وحمايته .
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المختلفة .
- الالتزام بسلوك يضمن التماسك الوطني.
- الإحساس بالمسؤولية والتحلي بروح المبادرة .
- التمتع بنشوة بذل المجهود .
- التمتع بنشوة بذل المجهود .

ج - ميدان البناء والهيكلية

الكفاءة الختامية : ينجز مشاريع وخطط بسيطة يتطلبها الموقف .

القيم المنشودة

- معرفة واحترام رموز الأمة الجزائرية .
- التفتح على العالم والحضارات العالمية المختلفة .
- المشاركة في حياة المواطنة
- تقبل ومواكبة التطور العالمي والمساهمة في تنميته .
- تبني سلوكات ومواقف التضامن مع الآخر .

3. اقتراح مخطط التعلم السنوي

الفصل الأول

1.3 - المستوى : السنة الأولى من التعليم الابتدائي

الكفاءة الشاملة : يضبط حدود قدرته بعد اكتشاف جسمه ومحيطه للتدخل بأمان

الميدان : الوضعيات والتنقلات

الكفاءة الختامية المستهدفة : يتخذ هيات ووضعيات طبيعية لها علاقة مع محيطه المباشر

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الإدماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
الوضعيات الطبيعية	لعبة قال علي : (مختلف الوضعيات)	1. وضعية الوقوف العادي 2. وضعية الجلوس العادي 3. وضعية الجثو	لعبة السمكة والبحر (مختلف الوضعيات)	لا يجب تنفيذ الأوامر المتعلقة بالوضعيات إلا بعد سماع قال علي مثلا قال علي : اجلس	لعبة قائد السرك حول مختلف الوضعيات الطبيعية والغير المألوفة وكذا التحول من وضعية لأخرى	لعبة استثمار المعالم (مسلك به مجموعة معالم لمختلف الوضعيات)	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
الوضعيات الغير المألوفة	لعبة قال على (وضعيات غير مألوفة)	1. تشكيل نقالة 2. تشكيل جسر 3. تشكيل عربة	لعبة السمكة والبحر (إشارات لتشكيل عربة، نقالة ، جسر)	لا يجب تنفيذ الأوامر المتعلقة بالوضعيات إلا بعد سماع قال علي مثلا قال علي : عربة	الوضعيات الطبيعية والغير المألوفة وكذا التحول من وضعية لأخرى	معالم لمختلف الوضعيات	
التحول من وضعية لأخرى والمشي	لعبة الألوان للتحول من وضعية لأخرى والمشي الموجه	1. التحول من الجلوس للوقوف والعكس 2. المشي العادي 3. المشي النشط	لعبة قال علي (إشارات التحول من وضعية لأخرى وكذا نوعية المشي)	يحمل المعلم مناديل ذات ألوان مختلفة بحيث يمثل كل لون عمل معين يقوم به التلاميذ	الوضعيات الطبيعية والغير المألوفة وكذا التحول من وضعية لأخرى	معالم لمختلف الوضعيات	

المستوى : السنة الأولى من التعليم الابتدائي

الكفاءة الشاملة : يضبط حدود قدرته بعد اكتشاف جسمه ومحيطه للتدخل بأمان

الكفاءة الختامية المستهدفة : ينفذ حركات مبنية على تكامل وظائف جسمه.

الفصل الثاني

الميدان : الحركات القاعدية

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقييمية	معالجة بيداغوجية محتملة
الجري الفردي والجماعي	لعبة المناطق فرديا وجماعيا	1. التسارع حسب مناطق لبلوغ الجري الخفيف فرديا 2. التسارع لبلوغ الجري الخفيف جماعيا	لعبة المجالات فرديا وجماعيا لكل مجال إشارة تدل على نوعية الجري (بطيء ، سريع...)	احترام الإشارة الدالة على الحركة والعمل بها وكذا احترام الفضاء المحدد لها	لعبة الليل والنهار على مسافة 20م بحيث تكون المطارة على خط مستقيم للمس الزميل	لعبة المطاردة في ميان محدد بحيث المتابعة في كل مكان إلى غاية اللمس أو انتهاء المدة المحددة وعند اللمس تعكس الأدوار	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
الجري الفردي السريع	لعبة من ليس له منزل	1. من الوقوف 2. من الجلوس 3. من الجثو	لعبة القط والفأر حول دائرة من التلاميذ	عدد الدوائر أقل من عدد التلاميذ المشاركين . التنقل الحر في الميدان عند الإشارة محاولة احتلال دائرة قبل الآخرين .	لعبة خط مستقيم	لعبة خط مستقيم	
اختيار نوعية الجري حسب الموقف	لعبة التداول . حمل المنديل . تنطيط الكرة	1. جري على خط مستقيم 2. جري حول دائرة 3. جري متعرج	لعبة خطف المنديل (التنقلات السريعة)	حسب فرق متقابلة ، التنافس بالجري السريع والتداول بالمنديل ثم بتنطيط الكرة كمرحلة ثانية			

المستوى : السنة الأولى من التعليم الابتدائي

الفصل الثالث

الكفاءة الشاملة : يضبط حدود قدرته بعد اكتشاف جسمه ومحيطه للتدخل بأمان

الميدان : الهيكلية والبناء

الكفاءة الختامية المستهدفة : يحدد ويستغل معالم فضاء الممارسة

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الإدماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
استثمار فضاء الممارسة فرديا	لعبة المطاردة فرديا في فضاء محدد	1. الملاحقة على خط مستقيم 10م 2. الملاحقة حول دائرة قطرها 5م 3. الملاحقة داخل فضاء محدد	لعبة خطف المنديل محاولة الاستحواذ على منديل الخصر دون التفريط في منديله	لعبة لمس الخصم مطاردة الخصم ومحاولة لمسه والهروب في ميدان محدد	لعبة المطاردة فرديا وجماعيا	لعبة التداول بالمنديل حسب الفرق	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
استثمار فضاء الممارسة جماعيا	لعبة خطف المناديل حسب الفرق	1. التنقل داخل دائرة قطرها 5 م 2. التنقل داخل مستطيل 15م x 10م	لعبة المطاردة جماعيا حسب الفرق مطاردة عناصر الفريق الخصم ومحاولة مسك اكبر عدد من عناصره .	محاولة الاستحواذ على أكبر عدد من مناديل الفريق الخصم في مدة معينة	لعبة المطاردة فرديا وجماعيا	لعبة التداول بالمنديل حسب الفرق	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
محاصرة الخصم في مساحة محددة	لعبة الباز والعصافير	1. المحاصرة داخل فضاء معين 2. قطع المسار و الاعتراض.	لعبة لمس الخصم مطاردة الخصم ومحاولة لمسه والهروب في ميدان محدد	العصافير تحاول قطع الميدان جريا بينما يحاول الباز منعها من ذلك بلمسها	لعبة المطاردة فرديا وجماعيا	لعبة التداول بالمنديل حسب الفرق	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا

2.3 – المستوى : السنة الثانية من التعليم الابتدائي

الميدان : الوضعيات والتنقلات

الكفاءة الشاملة : ينجز حركات قاعدية سليمة ويحافظ على ترابطها
الكفاءة الختامية المستهدفة : يتحول من موقف لآخر في الوقت المناسب

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
التحول من الوقوف للجلوس والعكس	لعبة قال علي تعتمد على التحول السريع والمناسب	1. لعبة السمكة والبحر 2. لعبة قائد السرك 3. لعبة الالوان	لعبة الحمامة تطير بحيث تدل إشارتها على القيام بحركات معينة	لا يتم القيام بالحركات المطلوب إلا إذا كان الطلب مسبقا بقال علي	مسلك به اربع ورشات 1. على مسافة 5م جلوس ثم الوقوف دون الاستعانة باليدين	لعبة من ليس له منزل مع تعيين نوعية التنقل	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
التحول التدريجي من المشي للجري والعكس	لعبة الزيادة التدريجية في كل مجال والعكس	1. المشي العادي 2. التنقل على رجل واحدة مسافة 8 م 3. التنقل بالرجلين مضمومتين مسافة 6 م	مسلك به اربع ورشات 1. مشي البط على مسافة 5 م 2. التنقل بالرجلين مضمومتين 6 م 3. التنقل بالتسارع 10 م 4. جري خفيف مسافة 20 م	حل لعبة المجالات . مسافة 20م تقسم إلى اربع مجالات مسافة كل مجال 5م بحيث تتم الزيادة في السرعة في المجالين الأولين ثم الخفض في المجالين التاليين	2. على مسافة 10م التسارع حتى الجري 3. ثم الخفض من السرعة تدريجيا حتى المشي 10م 4. على مسافة 10م حمل كرة والجري بها سريعا		
التحول من دور هجومي لدور دفاعي	لعبة لمس الزميل والهرب في فضاء محدد	1. لعبة المطاردة على خط مستقيم 2. لعبة من ليس له منزل 3. لعبة التداول بالكرة	لعبة خطف المنديل حسب الفرق في ميدان محدد	محاولة الجري ومتابعة الزميل حتى يتمكن من لمسه ثم الهرب وتجنب اللمس			

المستوى : السنة الثانية من التعليم الابتدائي

الفصل الثاني
الميدان : الحركات القاعدية

الكفاءة الشاملة : ينجز حركات قاعدية سليمة ويحافظ على ترابطها

الكفاءة الختامية المستهدفة : ينفذ حركات طبيعية بسيطة في وضعيات متنوعة

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
الجري ضمن مجموعة بوتيرة خفيفة	لعبة الطواف حول شكل هندسي محيطه حوالي 50 م بنفس الوتيرة	1. نظامية الجري بوتيرة واحدة على دائرة مغلقة بالساحة 2. نفس الدائرة بها مجالات الجري الخفيف بمجال والمشي بمجال.	لعبة تحقيق وقت معين ضمن الفوج حول ملعب كرة اليد مثلا	الجري بنفس الوتيرة لتحقيق نفس الزمن على نفس المسافة	مسلك به ورشات 1. جري خفيف مسافة 20 م 2. جري سريع مسافة 15 م	مسلك به ورشات 1. جري خفيف حول دائرة قطرها 20م 2. اجتياز اربع حواجز علوها 50سم 3. التصويب على دائرة على الحائط قطرها 1 م وتبعد 3 م	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
الجري السريع ورمي أداة	لعبة التداول بالكرة مسافة 15 م مع تمريرها من بعد 3 م عند الوصول	1. جري التداول بالكرة على منحني 2. التداول على خط مستقيم مسافة 15 م	لعبة الليل والنهار مسافة 15 م	حمل الكرة بيد واحدة للتمكن من الجري وتمريرها على مستوى صدر الزميل المقابل	3. رمي كرة صغيرة داخل دائرة تبعد 3 م 4. تخطي 4 مجالات اتساعها 60 سم	3. التصويب على دائرة على الحائط قطرها 1 م وتبعد 3 م	
تخطي مجالات واجتياز حواجز بأسلوب مناسب	لعبة التداول على مسلك به عقبات مبنية على التخطي والاجتياز	1. الورشة الأولى تخطي مجالات 5 سم والجري السريع 2. الورشة الثانية تخطي كرات صغيرة خلال جري التداول بالمنديل	لعبة الشلال مع وضع حواجز ومجالات بين المراكز	الجري بسرعة مع العمل على تخطي العقبات دون ضياع الوقت للتداول بالمنديل مع استعمال الأسلوب المناسب عند الاجتياز			

المستوى : السنة الثانية من التعليم الابتدائي

الفصل الثالث

الميدان : الهيكلية والبناء

الكفاءة الشاملة : ينجز حركات قاعدية سليمة ويحافظ على ترابطها

الكفاءة الختامية المستهدفة : يحدد الأسلوب والفضاء المناسبين لاستعمال أداة

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
الانتقل بحمل واستعمال أداة	لعبة التداول بالكرة جريا مسافة 15 م	1. التداول بحمل مندبل 2. التداول بتعطيط كرة 3. التداول بدفع كرة بالرجل	لعبة الكرة في الزاوية محاولة تبادل الكرة بين عناصر الفريق و وضعها في الزاوية دون استحواذ الخصم عليها	الجري بالكرة وإيصالها للزميل دون ضياعها الفائز الفريق الذي ينهي العمل قبل الآخر	مسلك به ورشات 1.الانتقل السريع على مسافة 15 م	لعبة الرمي في مجالات فوق حاجز اقتراب مسافة 10 م	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
التسديد باستعمال أداة	لعبة قنص الأرناب داخل فضاء محدد	1. قطع الفضاء فرديا وتجنب القنص 2. قطع الفضاء ثنائيا 3. قطع الفضاء جماعة	لعبة تجنب الكرة داخل فضاء محدد لمدة محددة منافسة بين فريقين الفائز من يلمس اقل عدد من عناصره	محاولة قطع المسافة الفاصلة بين الحدين دون اللمس بالكرة من طرف القناصين (الجري السريع بالتعرج)	بحمل كرة (منافسة بين الفرق) 2.اقتراب مسافة 3م والتسديد على قمع يبعد 5 م 3. اقتراب 5 م والرمي بعيدا من فوق الرأس	ثم الرمي بيد واحدة من فوق حاجز علوه 2م وفي مجالات اتساعها 2 م	
رمي أداة بعيدا	لعبة الرمي بعيدا بيد واحدة	1. الرمي باليدين من فوق الرأس 2. الرمي بيد واحدة من فوق الرأس 3. الرمي باليدين من الخلف من فوق الرأس	لعبة من يرمي بعيدا حسب الفرق العنصر الفائز على الآخر له نقطة عدد نقاط الفريق تحدد الفائز	استعمال كل قوى الجسم عند الرمي لدفع الكرة بعيدا	بعيدا من فوق الرأس باليدين معا حسب مجالات		

3.3 - المستوى : السنة الثالثة من التعليم الابتدائي

الكفاءة الشاملة : يستعمل جملة من التصرفات القاعدية ويتمكن من ربطها مع بعضها البعض.

الكفاءة الختامية : ينتقي ويستعمل جملة من التصرفات حسب ما يتطلبه الموقف.

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الإدماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
الجري حسب مجالات منتظمة	لعبة الجري داخل مجالات لمسافة 15 م . المسافة بين المجالات 1 م عددها 10 مجالات	. سباق التداول حسب أروقة 10 م إلى 15 م . وضعيات تنافسية على خط مستقيم مسافة 15 م .	. الجري بسرعة على مسافة 20 م . منافسة بين الفرق	. الجري بسرعة في المجالات . عدم التردد والخروج عن الرواق . منافسة بين الفرق	جري مسافة 20 م داخل مضمار	جري مسافة 20 م	
اجتياز مجالات منتظمة برجل واحدة	التنقل برجل واحدة تخطي مجالات على شكل حلقات . 5 مجالات ، البعد بينها 80 سم	لعبة تنقل على مسافة 5 م برجل واحدة والعودة بالرجل الأخرى	جري مسافة 20 م مع اجتياز حواجز بسيطة متنوعة حلقات ، خشبات	. التنقل السريع على خط مستقيم . عدم خفض السرعة . عدم الخروج من الرواق	جري التناوب بين الفرق على مسافة 20 م بمجالات متباينة الاتساع منها ما هو موجه للاجتياز ومنها ما هو موجه للتخطي	الفرق فردية وجماعية ذات حواجز متنوعة.	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا.
الرمي بعيدا في مجالات	لعبة الكرات الحارقة منافسة بين الفرق	. رمي كرة من الثبات بيد واحدة فوق حبل علوه 3 م إلى أبعد مجال . رمي كرة مطاطية وزنها 1 كغ من فوق حبل علوه 3 م . الرمي لأبعد منافسة	. التسديد على معالم تبعد 3 م ، 5 م ، 7 م بكرة مناسبة بيد واحدة.	. انتشار الفريق على الملعب لانتقاط الكرات . الاسراع في رمي الكرات إلى ميدان الخصم .			

المستوى : السنة الثالثة من التعليم الابتدائي

الكفاءة الشاملة : يستعمل جملة من التصرفات القاعدية ويتمكن من ربطها مع بعضها البعض.

الكفاءة الختامية : ينجز حركات متعلقة بالجري وبالرمي

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
الجري بحمل أداة	لعبة التناوب بالكرة على مسافة 15 م حسب الفرق	لعبة نقل الأثاث من مكان إلى آخر مسافة 10 م الجري السريع مسافة 10 م حاملا كرة بيد واحدة منافسة بين الفرق	لعبة التناوب حسب الفرق على مسافة 15 م وتسليم الشاهد	. الجري السريع . المحافظة على الأداة . وعدم تضییعها . . عدم خفض السرعة للهاية	على شكل منافسة بين الفرق مسلك متنوع الورشات . جري مع حمل أداة . التسديد على أهداف مختلفة	حسب الفرق منافسة مسلك بورشات . التنقل بالكرة . التسديد على معالم بأبعاد مختلفة	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
رمي بيد واحدة حسب شكل وحجم الأداة	لعبة الكرات الحارقة باستعمال كرات متنوعة الشكل والحجم	. التسديد على اهداف 5 م و 7 م . الرمي بيد واحدة من فوق خيط علوه 2,5 م على بعد 3 م و 5 م . الرمي لأبعد ما يكون بيد واحدة	التسديد على أهداف محددة على الحائط أو على السطح بكرات مختلفة الشكل	. اختيار نوعية التسديد . اختيار الاماكن الفارغة للرمي . السرعة في رد الكرات لمنطقة الخصم	. الرمي لأبعد ما يكون . الرمي بيد واحدة بعيدا .		
مختلف اشكال الرمي باليدين	لعبة الكرات الحارقة مختلفة الحجم باليدين	. رمي كرة باليدين داخل حلقات من فوق الرأس . رمي كرات باليدين فوق الحبل علوه 3 م . رمي كرات باليدين خلفا	لعبة الرمي باليدين حسب الفرق لأبعاد متباينة	. الرمي باليدين فوق الرأس . اختيار اماكن الرمي . رد الكرات بسرعة			

المستوى: السنة الثالثة من التعليم الابتدائي

الكفاءة الشاملة: يستعمل جملة من التصرفات القاعدية ويتمكن من ربطها مع بعضها البعض.

الكفاءة الختامية: ينظم تدخلاته حسب الموقف

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
التخلص والإفلات من الخصم	لعبة التمريرات الخمس بكرة مناسبة	لعبة تجنب الكرة حسب الفرق نقل الكرة إلى منطقة الخصم بتجنب الدفاع	لعبة الكرة في المنطقة حسب الفرق محاولة إيصال الكرة لمنطقة الخصم	. تحسين التمرير . التخلص من المراقبة . عدم مسك المنافس	منافسة بين الفرق	منافسة بين الفرق حسب نشاط معين	
التحول الفردي من مدافع لمهاجم والعكس	لعبة 1 لانتقل بالكرة مع وضع مدافع يحاول اقتناص الكرة	. التداول بالكرة عن طريق التنطيط . ثنائي ، اقتناص الكرات .	لعبة خطف الكرة حسب الفرق بحيث ينطط والآخر يحاول الاستحواذ على الكرة ليقوم بالعملية	. اقتناص الكرات بطريقة قانونية . . حماية الكرة عند التنطيط . عدم التدافع	منافسة بين الفرق خمسة ضد خمسة ملعب محدد تحديد مناطق التهديد . التموقع في الهجوم والدفاع واحترام المنافس	. التمرير في الهجوم . التموقع في الدفاع . التحول المناسب . فعالية التمرير . احترام قانون اللعبة	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
التحول الجماعي من مدافع لمهاجم والعكس	لعبة الكرة إلى المرمى حسب الفرق	. اثنان ضد اثنين تبادل الكرات لمدة معينة . . لعبة الكرة إلى المرمى المتتقل حسب الفرق	منافسة بين الفرق ملعب محدد الهجوم والدفاع مع التمرير	. التخلص من الخصم . . التبادل المناسب للكرة . احترام القانون . توجيه الكرة نحو منطقة الخصم			

4.3 - المستوى : السنة الرابعة من التعليم الابتدائي

الفصل الاول

الميدان : الوضعيات والتقلات

الكفاءة الشاملة : بنجز عمليات قاعدية ويحافظ على ترابطها وتسلسلها بما يتوافق والوضعية.

الكفاءة الختامية : ينجز مختلف اشكال التقلات فرديا وجماعيا

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
الجري بسرعة قصوى على محور	لعبة الجدار الصيني محاولة قطع فضاء معين دون الى اللمس من أعضاء الفريق الخصم.	لعبة الليل والنهار من الوقوف. لعبة الليل والنهار من الجلوس . لعبة الليل والنهار ظهر لظهر.	. لعبة ملاحقة الخصم على مسالك مختلفة (حط مستقيم ، خط منحني ، خط منكسر).	. اجتياز الفضاء المحدد بسرعة قصوى . اختيار المسار المناسب للاجتياز . التكيف بسرعة حسب المستجدات	جري مسافة محددة ضمن مجموعة مع	منافسة بين الفرق المشكلة للقسم	
الجري ضمن مجموعة	لعبة جري مسافة مع أعضاء الفريق بوتيرة واحدة.	. جري مسافة 100م ضمن مجموعة في وقت محدد. . جري مدة 1 دقيقة بوتيرة خفيفة ضمن مجموعة. . قطع مسافة محددة ضمن مجموعة في وقت محدد مسبقا.	. جري مسافة 150 م ضمن مجموعة مقسمة على ثلاث مراحل . 50م الاولى جري خفيف . 50م الثانية الزيادة قليلا في السرعة. . 50م الثالثة جري سريع	. المحافظة على ترابط المجموعة . . عدم التزاحم خلال الجري . . الحفاظ على وتيرة الجري حتى النهاية .	تغيير الايقاع من حين لآخر وتبديل قيادة الفوج للانطلاق بسرعة في الأمتار الأخير لإنهاء الجري.	على دارة مغلقة .	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
قيادة مجموعة خلال الجري على مضمار	. قطع مسافة 150 م على دارة مغلقة ضمن مجموعة (المحافظة على الموقع)	. قطع مسافة محددة مع المحافظة على الموقع ضمن المجموعة . . جري مدة 1 دقيقة ونصف ضمن المجموعة مع تغيير المقدمة كل 30 ثا	. جري مسافة 200م ضمن مجموعة مع تغيير الايقاع كل 50 م وتبادل قيادة المجموعة .	. الجري ضمن المجموعة . . نظامية الوتيرة. . محاولة قيادة المجموعة لمسافة معينة .			

المستوى : السنة الرابعة من التعليم الابتدائي

الفصل الثاني

الكفاءة الشاملة : بنجز عمليات قاعدية ويحافظ على ترابطها وتسلسلها بما يتوافق والوضعية

الميدان : الحركات القاعدية

الكفاءة الختامية : يؤدي حركات متعلقة بالوثب والرمي

المركبات	الوضعية المشكلة الانطلاقية	الوضعية المشكلة البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعية مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
اختيار حركة الوثب حسب نوعية الوثبة (برجل بالرجلين)	وضع 5 حواجز ذات علو 50سم البعد بينها مسافة 80 سم محاولة اجتيازها وثبا برجل ، بالرجلين معا .	. قطع مسافة 10 م وثبا على رجل واحدة . قطع المسافة وثبا بالرجلين مضمومتين .	. قطع مسافة 15م وثبا برجل واحدة وأخرى بالرجلين معا . مضمومتين . منافسة	. المحافظة على التوازن خلال الوثب . تواتر الوثبات . ديناميكية الوثب .	منافسة بين الفرق من يثب ويرمي كرة يد صغيرة أبعد	منافسة بين الفرق المهيكلة للقسم على شكل التتابع	
القيام بوثبات متتالية برجل واحدة	قطع مسافة 10م وثبا على رجل واحدة على شكل منافسة بين الفرق وبصيغة التتابع	. القيام بعدد من الوثبات في المكان . القيام بعدد محدد من الوثبات على مسافة . القيام بوثبات على رجل واحدة ثم الجري بسرعة مسافة 10م للقيام بوثبات مرة أخرى	مسلك بثلاث ورشات . الاولى : القيام بوثبات باليمنى ثم اليسرى . الثانية : على مسافة محددة القيام بوثبات باليمنى واليسرى . الثالثة : على مسافة محددة تبادل الوثب باليمنى واليسرى .	. المحافظة على تواتر الحركات . العمل على استعمال ارتكازات قوية وديناميكية .	. جري مسافة 5م بالكرة . القيام بوثبات على رجل واحدة مسافة 8م . رمي الكرة بعيدا . (حساب مسافة الرمي)	تبعد عن بعضها 80سم اجتيازها بالتبادل مرة برجل واحدة والآخرى بالرجلين مضمومتين .	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
الرمي حسب الموقف (بيد واحدة ، باليدين)	لعبة الرمي في المجالات من فوق حاجر علوه 2 م	. رمي كرة بيد واحدة بعيدا . رمي كرة باليدين من فوق الرأس بعيدا رمي كرة بيد من فوق حاجر بعلو معين	منافسة مسافة 100م من يقطع المسافة رميا . يرمي الاول ثم الثاني من المكان الذي سقطت فيم رمية الأول وهكذا . مرة بيد واحدة ثم باليدين	. المسك الجيد للأداة . الدفع الديناميكي للأداة . المحافظة على التوازن مرافقة الأداة اكبر مسافة ممكنة .			

المستوى : السنة الرابعة من التعليم الابتدائي

الفصل الثالث

الكفاءة الشاملة : بنجز عمليات قاعدية ويحافظ على ترابطها وتسلسلها بما يتوافق والوضعية

الميدان : الهيكلية والبناء

الكفاءة الختامية : يستثمر فضاء الممارسة بما يتماشى ونوعية النشاط.

المركبات	الوضعية المشكلة الانطلاقية	الوضعية التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعية مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
استغلال فضاء الممارسة حسب الموقف	لعبة الكرة في السلة حسب الفرق	. التمريرات الخمسة حسب الفرق . لعبة التداول بالكرة تنطيطا عبر منحرجات	لعبة الكرة في الزاوية على الاقل بعد 3 تمريرات (يسمح بالتطيط)	. التخلص من المراقبة . التمتع في أماكن مناسبة لاستلام الكرة . تمرير الكرة للزميل المتحرر . ضبط مسارات الكرة عند التمرير .	منافسة بين الفرق (في ملعب كرة اليد ، ملعب كرة السلة) التركيز على : . تبادل الكرات بين عناصر الفريق . التنقل المناسب بالكرة (التنطيط) . القيام بهجمات معاكسة مناسبة مع إدراج بعض القواعد الأساسية الخاصة بالنشاط (قاعدة المشي بالكرة.....).	منافسة بين الفرق (في ملعب كرة اليد ، ملعب كرة السلة) على شكل دوري	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
المساهمة مع زملائه في الدفاع والهجوم	لعبة الكرة في المرمى المتحرك حسب الفرق	. لعبة التمريرات الخمسة (الخامسة في الدائرة) . لعبة الهجوم والدفاع الذي يسجل يبقى في الهجوم (الفرق)	منافسة بين الفرق على منتصف الملعب (كرة السلة ، كرة اليد) دفاع ضد الهجوم لمدة معينة من يسجل أكثر	. التنقل والتوجه نحو مرمى الخصم . التحرر من المراقبة . التمرير للزميل المتحرر في الوقت . التمرير المضبوط	منافسة بين الفرق (في ملعب كرة اليد ، ملعب كرة السلة) على شكل دوري	منافسة بين الفرق (في ملعب كرة اليد ، ملعب كرة السلة) على شكل دوري	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
القيام بعمليات فردية في الهجوم والدفاع	لعبة الكرة في الزاوية (حلقة في كل زاوية من زوايا الملعب)	. التنقل السريع بالكرة عبر منحرجات منافسة بين الفرق . التداول بالكرة حسب الفرق .	. لعبة الكرة في مرمى الخصم (منافسة حسب الفرق ، مع التركيز على القيام بالانطلاقات المعاكسة)	. الانطلاق السريع عند امتلاك الزميل الكرة . التهيؤ لاستلام الكرة . التنقل السريع بتطيط الكرة.	منافسة بين الفرق (في ملعب كرة اليد ، ملعب كرة السلة) على شكل دوري	منافسة بين الفرق (في ملعب كرة اليد ، ملعب كرة السلة) على شكل دوري	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا

5.3 - المستوى : السنة الخامسة من التعليم الابتدائي

الفصل الاول

الكفاءة الشاملة: يسيطر على جسمه ويتخلص من الحركات الزائدة ويقوم بحركات قاعدية سليمة ويبني مشاريع وخطط بسيطة تستدعيها المواقف.

الكفاءة الختامية المستهدفة : يتمكن من تنفيذ مختلف الوضعيات والتنقلات الاساسية البسيطة

الميدان : الوضعيات والتنقلات

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الاندماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
الجري السريع على مسافات قصيرة	لعبة التداول حسب الفرق	1. لعبة المنعرج المرقم 2. لعبة الضربات الثلاث 3. لعبة لمس الزميل	لعبة الليل والنهار على مسافة 10 م إلى 15 م	التداول بمنديل حسب الفرق جري سريع وعلى خط مستقيم . عدم الخفض في السرعة . عدم تضيق المنديل	. مسلك به ورشات : 1. جري سريع مسافة 15 م يحسب فيها وقت التنفيذ.	. مسلك به ورشات : 1. جري بوتيرة واحدة حول دائرة قطرها 50 م في مدة حوالي 20 ثا	
الرمي لأبعد	لعبة الرمي في المجالات حسب الفرق	1. الرمي في دوائر 2. الرمي لأبعد حسب مجالات فوق حواجز علوها 2 م وتبعد 3 م بكرات بلاستيكية	لعبة الرمي إلى مجالات من فوق حاجز علوه 2م من بعد 3م	مجالات يبعد أولها عن خط البداية 3م . محاولة الرمي بيد واحدة إلى أبعد مجال، تحسب نقاط كل فريق	2. رمي كرة صغيرة حسب مجالات 3. الوثب حسب مجالات بعد اجتياز حاجز علوه 50سم	الناجح له نقطة (امكانية تعويض الدارة بملعب كرة السلة أو ملعب كرة اليد) 2. دفع كرة السلة باليدين من مستوى الصدر، ومن الجنو ثم المد لأبعد 3. تخطي مجالات بالرجلين مضمومتين 1م جري سريع 20م حساب وقت التنفيذ	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
الوثب لأبعد	الوثب لأبعد مجال حسب الفرق مسافة الاقتراب 5 م	. تخطي 3 مجالات برجل واحدة ذات اتساع 1م . اجتياز حواجز علوها 50سم برجل واحدة	تخطي مجالات بعد اجتياز حاجز علوه 50سم برجل واحدة	وضع مجالات اتساعها 1م باقتراب 5م الوثب لأبعد مجال . الدفع القوي . الاندفاع للأمام . التوازن عند الاستقبال اختيار وتيرة معينة للجري ومحاولة المحافظة عليها طيلة المسافة	تحتسب النقاط فرديا وجماعيا		
توزيع المجهود حسب المسافة والمدة	لعبة جري مسافة 200م بوتيرة واحدة (منافسة بين الفرق)	. الجري ضمن مجموعة على مسافة 150 م بنفس الوتيرة . الجري ضمن مجموعة بوتيرة واحدة مدة 1 دقيقة	الجري ضمن مجموعة لمدة محددة مسبقا (مثلا : 200م في 1 دقيقة)				

المستوى : السنة الخامسة من التعليم الابتدائي

الفصل الثاني

الكفاءة الشاملة : يسيطر على جسمه ويتخلص من الحركات الزائدة ويقوم بحركات قاعدية سليمة ويبني مشاريع وخطط بسيطة تستدعيها المواقف.

الميدان : الحركات القاعدية

الكفاءة الختامية المستهدفة : ينجز الحركات القاعدية البسيطة المرتبطة بالرمي والوثب والجري التي يتطلبها الموقف بطريقة سليمة

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الادماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
الجري للرمي	الرمي بيد واحدة باقتراب 5م حسب مجالات (كرات بلاستيكية صغيرة 1 كغ).	1. الرمي من الثبات بيد واحدة من فوق الرأس 2. الرمي بيد واحدة من فوق الرأس باقتراب 5م	الرمي بيد واحدة من فوق الرأس اقتراب حر منافسة بين الفرق	الجري السريع ومشاركة كامل الجسم في الدفع	منافسة بين الفرق في كرة اليد أو السلة يعتمد فيها الوثب والتسديد	لعبة المرمى المتحرك بين فريقين بحيث يكون التسديد بعد الجري و الوثب	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
الجري للوثب	الوثب لأبعد باقتراب 5 خطوات	1 . الوثب لأبعد من الثبات بالرجلين مضمومتين 2 . الوثب لأبعد باقتراب 3خطوات حسب مجالات	الوثب لأبعد برجل واحدة اقتراب (لا يتجاوز 7 خطوات) منافسة بين الفرق	اقتراب سريع وتسلسل الحركات والمحافظة على التوازن			
الجري للوثب للرمي	منافسة بين الفرق حمل الكرة جري 10م اجتياز خيط علوه 50سم التسديد على قمع يبعد 5م	. اقتراب 5م التسديد على قمع يبعد 3 م . اقتراب 5م اجتياز حاجز علوه 50سم التسديد بيد واحدة على قمع يبعد 5م	تتطيط الكرة مسافة 10م والتسديد على قمع يبعد 5 م منافسة بين الفرق	تسلسل الحركات واستثمار السرعة المكتسبة والمحافظة على التوازن			

الفصل الثالث

المستوى : السنة الخامسة من التعليم الابتدائي

الكفاءة الشاملة : يسيطر على جسمه ويتخلص من الحركات الزائدة ويقوم بحركات قاعدية سليمة ويبني مشاريع وخطط بسيطة تستند عليها المواقف.

الكفاءة الختامية المستهدفة : ينجز مشاريع وخطط بسيطة يتطلبها الموقف الميدان : الهيكلية والبناء

المركبات	الوضعيات المشكلة الانطلاقية	الوضعيات التعليمية البسيطة	وضعية تعلم الإدماج	حل الوضعية المشكلة الانطلاقية	وضعية تعلم إدماج المركبات	وضعيات مشكلة تقويمية	معالجة بيداغوجية محتملة
القيام بدفاع وهجوم فردي	لعبة التمريرات العشر	1 . التفوق العددي الهجومي تبادل الكرات بين الفريق مع وضع مدافعين اثنين . 2 . التفوق العددي الدفاعي ، تبادل الكرات بين عناصر فريق أ قل عددا من المدافعين	لعبة تجنب الكرة "ب" (منافسة بين فريقين حراسة فردية)	الفريق المهاجم يحاول القيام بعشر تمريرات بين عناصر فريقه بينما الدفاع يمنعه من ذلك ويحول الاستحواذ على الكرة (حراسة فردية)	منافسة في كرة اليد أو كرة السلة بوضع قوانين كيفية توجب العودة للدفاع والقيام بهجمات مضادة عند امتلاك الكرة	مقابلات مكيفة في كرة اليد أو كرة السلة كيفية الدفاع والهجوم	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
دفاع وهجوم جماعي	لعبة الكرة إلى المرمى "أ"	1 . لعبة تجنب الكرات "ب" 2 . لعبة دفاع ضد هجوم (كرة اليد ، كرة السلة)	مقابلة في كرة اليد أو كرة السلة (على منتصف الملعب)	مقابلة يحاول الفريق إيصال الكرة للحارس الذي في الرواق دون ان تسقط (البحث عن الزميل الحر) .	مقابلة بوضع قوانين كيفية توجب العودة للدفاع والقيام بهجمات مضادة عند امتلاك الكرة	مقابلات مكيفة في كرة اليد أو كرة السلة كيفية الدفاع والهجوم	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا
التحول من الدفاع للهجوم والعكس	لعبة الكرة في الزاوية	1 . دفاع ضد هجوم (دفاع قائم ، هجوم مركز) 2 . مقابلات التركيز فيها على العودة للدفاع والانطلاق للهجوم	مقابلة في كرة اليد أو كرة السلة (التركيز على الهجمات المضادة والعودة السريعة للدفاع)	مقابلة يحاول كل فريق وضع الكرة في الزاوية المخصصة في إطار القانون	مقابلة بوضع قوانين كيفية توجب العودة للدفاع والقيام بهجمات مضادة عند امتلاك الكرة	مقابلات مكيفة في كرة اليد أو كرة السلة كيفية الدفاع والهجوم	تتم المعالجة خلال الممارسة أي أنيا

4. اقترح إجراء وحدة تعليمية

1.4 - الوضعية المشكلة الانطلاقية

السنة : الثالثة ابتدائي	المادة : تربية بدنية
الميدان : الوضعيات والتنقلات	
الكفاءة الختامية : ينتقي ويستعمل جملة من التصرفات حسب ما يتطلبه الموقف .	
المركبات المستهدفة : . الجري حسب مجالات منتظمة . اجتياز مجالات منتظمة برجل واحدة . الرمي بعيدا في مجالات	

هدف الوضعية المشكلة	انطلاق التعلم
معارف وموارد	. جري سريع . خطوات ديناميكية منتظمة . وضعية معتدلة للجسم خلال الجري .
القيم المستعملة	. الاعتماد على النفس . التنافس النزيه . احترام القانون .
الكفاءات العرضية	. التمسك بالقواعد الأمنية خلال الممارسة . الانخراط والمساهمة ضمن المجموعة
السندات المستخدمة	. مضمار به أروقة بعدد الفرق . اعلام للانطلاق والوصول . صديريات للفرق المتنافسة.
إجراء وضعية مشكلة التمثيل	طلب منك تبليغ خبر عاجل لأحد أقرائك يسكن بالحي المجاور ، والمسلك به عوائق يجب اجتازها. مسلك مسافته 20م به أروقة بعدد الفرق المتنافسة كل رواق به مجالات اتساعها 1م يجب الجري السريع حسب هذه المجالات
النشاطات المطلوبة من التلاميذ	. الجري بخطوات سريعة . الجري بخطوات منتظمة حسب المجالات . التمكن من جعل الجسم في وضعية مريحة خلال الجري . التحكم في الارتكازات أثناء الجري
إعداد المشاريع وتسييرها	منافسة بين الفرق على تداول ، الفريق الفائز الذي ينتهي الأول دون أخطاء .
معايير ومؤشرات التقويم	المعيار 1 : جري سريع على المحور : المؤشرات : تخيل خط مستقيم واتباعه . استمرارية الجري للنهاية المعيار 2 : اجتاز المجالات بوضع ارتكاز في كل مجال : المؤشرات : ضبط مسافات المجالات وتقديرها خلال الجري . التحكم في وضع الارتكاز المعيار 3: خطوات ديناميكية منتظمة : المؤشرات : . نظامية الخطوة . وضع القدم وخروج الرجل خلال الجري بشكل صحيح . استمرارية تواتر الخطوات .

2.4 - الوضعية التعليمية الابتدائية (البسيطة)

السنة : الرابعة ابتدائي	المادة : تربية بدنية
الميدان : الوضعيات والتنقلات	
الكفاءة الختامية : ينجز مختلف أشكال التنقلات فرديا وجماعيا	
هدف الوضعية التعليمية	الجري بسرعة قصوى على محور
خصائص وطبيعة الوضعية التعليمية	. جري متدرج السرعة . الجري على خط مستقيم . وضعية مريحة خلال الجري
السندات المستعملة	. مضمار 20 م به مجموعة أروقة . خطين الاول للانطلاق والثاني للوصول . أعلام للإيضاح . صافرة
العقبات المطلوب تخطيها	. عدم الجري على العقبين أو المشطين . العمل على التنسيق بين الذراعين والرجلين خلال الجري . عدم مرجحة الرأس والحوض خلال الجري . تنفيذ خطوات منتظمة وديناميكية . عدم الوثب قرب خط الوصول
تخطيط الوضعية التعليمية ومضمونها	طلب منك إيصال أمانة إلى أحد أقربائك بالحي المجاور في أسرع وقت ممكن . التمثيل : على مضمار مسافته 20 م به مجموعة من الأروقة بعدد الفرق المتنافسة كل فريق مقسم إلى مجموعتين متقابلتين على طرفي الرواق الجري السريع بتداول منديل أو كرة صغيرة . الفائز الذي ينتهي الأول بحيث يعود كل عنصر إلى مكانه
كيفية المعالجة	تكون المعالجة آنية وخلال الممارسة فرديا وجماعيا
معايير التقويم	. الجري السريع المتدرج . الجري على خط مستقيم وداخل الرواق . الخطوات الديناميكية المنتظمة . الوضعية المريحة للجسم خلال الجري

3.4 - اقتراح وضعية تعلم الادماج

السنة : الخامسة ابتدائي	المادة : تربية بدنية
الميدان : الحركات القاعدية	
الكفاءة الختامية : ينجز الحركات القاعدية البسيطة المرتبطة بالرمي والوثب والجري التي يتطلبها الموقف بطريقة سليمة.	
مركبات الكفاءة المستهدفة : - الجري للرمي - الجري للوثب - الجري للوثب للرمي	
هدف وضعية تعلم الادماج	ربط وإدماج المركبات السابقة الذكر واستثمارها في مواقف مناسبة
ماذا ندمج ؟	معارف : - أبجدية الرمي وتناسبها مع الأداة . أبجدية الوثب والدفع بالارتكازات . كيفية تسلسل الحركات القاعدية الثلاث . كفاءات عرضية : استثمار الحركات القاعدية في الحياة اليومية . سلوكات وقيم : التعاون والتآزر بين عناصر الفريق . احترام الخصم والتنافس النزيه . التحلي بإرادة وعزيمة قويتين وحب الانتصار .
كيف ندمج ؟	التمثيل : مسلك به ورشات ثلاث * الورشة الأولى : . من الثبات رمي كرة السلة من فوق الرأس باليدين بعيدا (وضع مجالات مرقمة ، منافسة بين الفرق) . * الورشة الثانية : . اقتراب مسافة 5م جريا الوثب برجل واحدة بعيدا (باتجاه مجالات مرقمة ، منافسة بين فرق) . * الورشة الثالثة : حمل كرة السلة والجري بها مسافة 5 م والوثب للرمي بعيدا باليدين (في مجالات مرقمة ، منافسة بين الفرق) .
معايير ومؤشرات التقويم	المعيار 1 : مشاركة كامل الجسم في الدفع المؤشرات :- ارتكازات قوية وثابتة . الثني ثم التمدد للدفع . مرافقة الكرة عند الدفع . التوازن بعد الرمي . المعيار 2 : الدفع والتوازن عند الوثب المؤشرات : . اقتراب سريع . دفع قوي باتجاه مسار الوثب . التوازن عند الاستقبال . المعيار 3 : تسلسل الحركات الثلاث . المؤشرات :- الاقتراب السريع . عدم التردد عند الدفع . رمي الكرة عند الطيران . الاستقبال الممتز .
المدة المقترحة	حصة بـ 45 دقيقة

4.4 - اقتراح وضعية تقويمية

السنة : الرابعة ابتدائي	المادة : تربية بدنية
الميدان : : الحركات القاعدية	
الكفاءة الختامية : . يؤدي حركات متعلقة : بالوثب و بالرمي	
هدف الوضعية التقويمية	تقويم تحصيلي : مدى اكتساب التلاميذ للكفاءة الختامية
المركبات ومؤشرات التقويم	المركبة 1 : . اختيار حركة الوثب حسب نوعية الوثبة (برجل بالرجلين معا) المؤشرات : . الاقتراب المناسب . ربط الاقتراب بالدفع للوثب . المحافظة على التوازن خلال الوثب المركبة 2 : . القيام بوثبات متتالية برجل واحدة المؤشرات : . استرسال الوثبات . المحافظة على التوازن . الدفع المناسب وضبط الارتكازات المركبة 3 : . الرمي حسب الموقف (بيد واحدة، باليدين معا) المؤشرات : . الوضعية المناسبة للرمي . الدفع بكامل الجسم عند الرمي . المحافظة على التوازن عند الرمي
	. للوصول إلى مكان التجمع مع أصدقائك طلب منك اتباع هذا المسلك والممثل بالورشات التالية : . الورشة 1 : اقتراب مسافته 5م وبه 6 مجالات اتساعها 1م ، الوثب في الثلاث الأولى بالرجلين معا ، أما الأخرى فالوثب فيها برجل واحدة. . الورشة الثانية : القيام بتخطي مجالات عددها 4 واتساعها 80سم برجل واحدة . . الورشة الثالثة : رمي 4كرات سلة من الثبات فوق حبل علوه 1.5م ويبعد عن مكان الرمي 3 م . . رمي كرتين باليدين من فوق الرأس، وكرتين بيد واحدة . وضع نظام تنافسي بين الفرق المهيكلة للقسم .
التمثيل	
المدة المقترحة	حصة بـ 45 دقيقة

5. التقويم: اقتراح شبكات التقويم

يبقى التقويم يطرح إشكالية، عندما يتعلّق الأمر بالنتائج البدنية (تطوّر التصرفات الحركية). والمعلّم يواجه هذا الإشكال خلال تقويم تصرّفات تلاميذه، وكثيرا ما يعترف بهذه الخصوصية.

وعموما فالتقويم وسيلة في خدمة المعلّم والتلميذ على حدّ السواء، حيث يوفرّ للأول المعلومات اللازمة ويكشف عنها، ليطلّع على مدى تحقيق الأهداف المسطرة. ويسمح للتّاني بتحديد موقعه من التدرّج البيداغوجي. هذا التجانس بين الأهداف المعلن عنها (المسطرة) والتّقويم، يسمح بالتكفّل الحقيقيّ بمدى التطور الحاصل بعد مسار تعليمي معين .

ويعتمد التقويم في مادة التربية البدنية على الممارسة الحركية ومدى الاستجابة لمتطلبات الموقف والنتائج المترتبة على ذلك .

1.5 . تقويم الكفاءات :

يتمّ تقويم الكفاءة في نهاية مسار تعليمي، وذلك بالتحقق من مدى اكتساب التلاميذ لمركباتها المعلن عنها في المنهاج من خلال شبكات تقويمية لوضعيات إدماجية تقويمية .

. شبكة تقويمية لكفاءة

منصوص الكفاءة:.....

النتائج الفردية		مركب الكفاءة 5		مركب الكفاءة 4		مركب الكفاءة 3		مركب الكفاءة 2		مركب الكفاءة 1		مركبات الكفاءة المستهدفة
1	←	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	أسماء التلاميذ
												1
												2
												3
											↓	الحصيلة الجماعية

• كيفية ملء الشبكة : . في نهاية كلّ وحدة تعليمية وحسب الكفاءة المستهدفة توضع المركبات الخاصة بها في

خاناتها والإجابة عليها بعلامة

(x) لكلّ تلميذ حسب مستواه في خانة (1) إن تحقق لديه المؤشر، وفي خانة (0) إن لم يتحقّق لديه المؤشر بعد

ملاحظة التلاميذ. تحسب العلامات حسب طبيعتها أفقيا بالنسبة لكلّ تلميذ. وعموديا لمجموع التلاميذ وتدوّن الحصيلة في الخانة المناسبة.

2.5 . تقييم المتعلّم:

يتم تقويم المعلمين من خلال وضعيات إدماجية مرتبطة بمركبات الكفاءة المستهدفة ، بحيث تتم ملاحظتهم أثناء الممارسة قصد تصنيفهم حسب مستويات تعبر عن مكتسباتهم .

* شبكة تقويم المتعلمين :

المستويات	الخصائص المميزة	العلامة
المستوى الأول	. يرفض القيام بالتنفيذ . يقوم بتنفيذ عشوائي . لا يبذل أي مجهود عند التنفيذ	من 00 إلى 03 علامات
المستوى الثاني	. يتردد عند القيام بالتنفيذ . يحاول تطبيق التوجيهات عند التنفيذ . يبذل جهدا عند التنفيذ	من 04 إلى 06 علامات
المستوى الثالث	. ينفذ بشكل جيد . يطبق كل متطلبات العملية . يضيف صبغة جمالية عند التنفيذ	من 07 إلى 10 علامات

6. اقتراح أركان أخرى :

1.6 اقتراح نموذج لوحدة تعليمية (مذكرة)

الحصة رقم :
الوسائل : لا شيء

المؤسسة :
المستوى : السنة الأولى الابتدائية
الميدان : الحركات القاعدية
الكفاءة المستهدفة: ينفذ حركات مبنية على تكامل وظائف جسمه
الهدف التعليمي : يقطع مسافة محددة بسرعة قصوى

المراحل	المهام	وضعيات التعلم	الحمل	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	تكوين مجموعات حسب المطلوب	لعبة الأرقام : . الجري في الساحة فرادى مع القيام بحركات إحمائية حسب ما يقترحه المعلم . تكوين مجموعات حسب الأرقام المعلن عنها من طرف المعلم . الفائز الفريق الذي لا يخطئ	10د	. الجري الخفيف . البحث عن المكان الشاغر . عدم التصادم مع الآخرين . القيام بحركات تسخينية سليمة . التركيز على ما يصدر من المعلم
المرحلة التعليمية	. مطاردة ولمس الزميل المباشر. . الهروب وتجنب اللمس	- لعبة المطاردة (الليل والنهار) تقسيم التلاميذ إلى فرق لا يتجاوز عناصرها (6). . كل فريقين يتنافسان مع بعضهما . يكونان على شكل موجتين متقابلتين، المسافة بينهما 1 م . فريق يمثل النهار والآخر يمثل الليل . . يقوم المعلم بسرد قصة يستعمل فيها كلمتي النهار والليل . عند ذكر إحداها يهرب الفريق المعني بينما يطارده الفريق الآخر محاولا لمس أكبر عدد من عناصره قبل نهاية المسافة المحددة 10 م. . الفريق الفائز الذي يلمس أكبر عدد من عناصر الخصم	25 د	. التركيز على ما يقوم به المعلم. . الانطلاق السريع للهروب أو للمطاردة . الجري على خط مستقيم . محاولة لمس الزميل فقط. . احترام المسافة المحددة
المرحلة الختامية	القيام بالحركات المطلوبة	لعبة قال علي : . يقف التلاميذ قبالة المعلم ، محاولين القيام بما يصدر منه من أوامر على أن تكون مسبوقة بقال علي. . الذي يخطئ يقصى ، إلى غاية ظهور الفائز	5 د	. القيام بالحركات المطلوبة بشكل سليم . التركيز على ما يصدر من المعلم.

2.6 - اقتراح نموذج لوحدة تعليمية

المستوى :
عدد الحصص :

المؤسسة :
الميدان :

الكفاءة الختامية المستهدفة:

الرقم	نوع الحصة	هدف الحصة	مضمون الحصة	التوجيهات
1	تقويم تشخيصي للكفاءة الختامية المستهدفة	تقويم مدى اكتساب واستثمار مركبات الكفاءة الختامية المستهدفة	وضعية مشكلة انطلاقية (أم) تضمن التعامل مع مركبات الكفاءة .	ملاحظة مدى استثمار مركبات الكفاءة في المواقف
2	حصة تعلّمية	أهداف عملية نابعة من	وضعية مشكلة تعلّمية	تركيز على تناول
3	لاكتساب المركبات	مركبات الكفاءة تترجم	بسيطة تتناول كيفية	السليم للمواقف ومن
4	الغير مكتسبة	كيفية استثمارها.	التعامل مع المركبات	خلالها المركبات
5	والمبرمجة .		المعنية و استثمارها	المعنية.
6	حصة تعلّمية إدماجية	تعلّم كيفية إدماج المركبات المتناولة في الحصة التعلّمية السابقة	وضعية مشكلة تعلّمية إدماجية (إدماج المركبات المدروسة)	التركيز على كيفية انتقاء واستثمار المركبات لمواجهة المواقف.
7	حصة تعلّمية	أهداف عملية نابعة من	وضعية مشكلة تعلّمية	التركيز على تناول
8	لاكتساب بقية المركبات	مركبات الكفاءة تترجم	بسيطة تتناول كيفية	السليم للمواقف ومن
9		كيفية استثمارها.	التعامل مع المركبات	خلالها المركبات
			المعنية و استثمارها	المعنية.
10	حصة تعلّمية إدماجية	تعلّم كيفية إدماج المركبات المتناولة في الحصة التعلّمية السابقة	وضعية مشكلة تعلّمية إدماجية (إدماج المركبات المدروسة)	التركيز على كيفية انتقاء واستثمار المركبات لمواجهة المواقف.
11	حصة تقويمية إدماجية	تقويم مدى تمكّن التلاميذ من إدماج مركبات الكفاءة المستهدفة في مواقف إشكالية متجددة .	الوضعية المشكلة الانطلاقية (الأم) .	إحداث المقارنة بين التقويمين (التشخيصي والتحصيلي) من حيث اكتساب المركبات ومنه الكفاءة المستهدفة.

7 - الوضعيات التعليمية: (ملحق الألعاب)

نقترح هنا مجموعة من الألعاب كوضعيات تعليمية، يمكن لمعلم المرحلة الابتدائية الاستعانة بها لتحقيق أهدافه المسطرة ، وهي قابلة للإثراء والتكيف حسب المحيط والوسائل والمنشآت و....

تصنيف الألعاب:

يمكن تصنيف الألعاب حسب مقاييس مختلفة (العتاد، الميدان ، الخصائص ،الخ....)

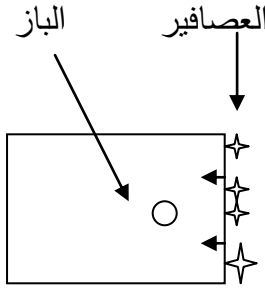
وقد اعتمدنا هنا التصنيف حسب الخصائص وهو كما يلي :

* ألعاب الملاحقة * ألعاب التداول

* ألعاب المواجهة * الألعاب الهادئة

1.7 - ألعاب الملاحقة

اللعبة رقم 1

الباز والعصافير	
المكان : فناء المدرسة	عدد التلاميذ : غير محدد
الملعب : مستطيل	الوسائل : لا شئ
سير اللعبة	التشكيلات
. يصطف التلاميذ (العصافير) على أحد خطي عرض الملعب . . يعين المعلم تلميذا يقوم بدور الباز ، يأخذ مكانه داخل الملعب . . عند الإشارة تحاول العصافير عبور الملعب مجتنباً الباز . . كل عصفور يلمس من طرف الباز يصبح بدوره بازا مساعدا للأول أو يقصى من اللعب . يعلن فائزا العصفور الذي بقي الأخير دون أن يمسك .	

اللعبة رقم 2

الباز والعصافير المزدوجة

عدد التلاميذ : غير محدد

المكان : فناء المدرسة

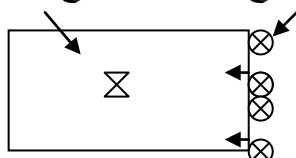
الوسائل : لا شيء

الملعب : مستطيل

سير اللعبة

التشكيلات

زوج العصافير زوج الباز



. نفس قانون اللعبة الأولى مع قرن التلاميذ مثنى مثنى (مسك باليدين)

. إذا انفصل زوج الباز لا يحق له ملاحقة العصافير

. إذا انفصل زوج العصافير يعود إلى خط الانطلاق ويقرن ويعيد الكرة

ملاحظة : لعبة الباز بالمساعدة نفس القانون

وكل عصفور يلمس يجلس في الميدان ولا يصبح حرا إلا إذا لمس زميل له

اللعبة رقم 3

القط والفأر " أ "

عدد التلاميذ : غير محدد

المكان : فناء المدرسة

الوسائل : لا شيء

الملعب : دائرة قطرها حوالي 8م

سير اللعبة

. يشكل التلاميذ دائرة قطرها حوالي 8م ، يبعد الواحد عن الآخر حوالي 60سم .

. يعين المعلم من بينهم 5 يمثلون الجحور بحيث يكونون بعيدين عن بعضهم فيقفون فاتحي الأرجل.

. يعين القط والفأر بحيث يكون كل منهما ينتمي إلى ناد .

. عند الإشارة يطارد القط الفأر ، يستطيع الفأر عندما يحس بالخطر الدخول بين رجلي أحد التلاميذ .

. إن تمكن القط من لمس الفأر فلناديه نقطة ، وإلا فبعد مدة (دقيقة مثلا) تمنح نقطة للنادي الآخر.

اللعبة رقم 4

القط والفأر " ب "

عدد التلاميذ : غير محدد

المكان : فناء المدرسة

الوسائل : لا شيء

الملعب : مستطيل

سير اللعبة

- ينتشر التلاميذ داخل المستطيل ، بعد أن يعين المعلم التلميذين الذين يقومون بدور القط والفأر .
- عند الإشارة يطارد القط الفأر ، فإن أحس الفأر بالخطر استنجد بأحد التلاميذ المنتشرين
- فيتحول إلى قط بينما يتحول القط إلى فأر وتستمر اللعبة .
- يقصى من اللعب كل فأر أمسك به القط .

اللعبة رقم 5

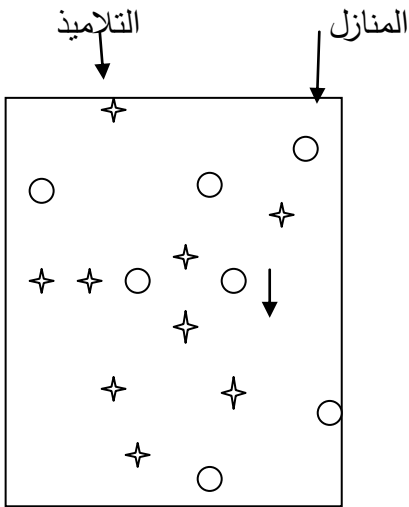
من ليس له منزل

عدد التلاميذ : غير محدد
الوسائل : رسم دوائر بالطباشير

المكان : فناء المدرسة
الملعب : الساحة

سير اللعبة

- تشكل دوائر بالطباشير قطرها 1م ، يقل عددها عن عدد المتنافسين
- ينتشر التلاميذ في الساحة
- عند الإشارة الأولى ،يجري التلاميذ في كل الاتجاهات جريا خفيفا.
- عند الإشارة الثانية يحاول كل منهم الدخول إلى منزله (دائرة) .
- يقصى التلاميذ الذين لم يجدوا منزلا .
- يحذف عدد من الدوائر بجلوس التلاميذ الذين تم إقصاؤهم فيها ، وهكذا
- يعلن عن الفائز في النهاية .



اللعبة رقم 6

المطاردة بالمنديل

عدد التلاميذ : من 10 إلى 15	المكان : فناء المدرسة
الوسائل : منديل	الملعب : مستطيل
التشكيلة	سير اللعبة ينتشر التلاميذ داخل الملعب . يختار المعلم تلميذا ويعطيه مندila . - عند الإشارة يطارد صاحب المنديل البقية، من يلمس ويقوم بنفس العملية . بعد مدة (دقيقة مثلا) إذا لم يلمس أحد يتم تغيير صاحب المنديل وهكذا.

اللعبة رقم : 7

المطاردة بالحبل	
عدد التلاميذ : غير محدد	المكان : فناء المدرسة
الوسائل : حبال القفز	الملعب : مستطيل
التشكيلات	سير اللعبة يقرن التلاميذ مثني مثني (واحد من كل ناد) . عند الإشارة يحاول التلميذ الأول سحب الحبل . بينما يحاول الثاني الدوس عليه . بعد مدة معينة تحسب عدد المرات التي داس فيها على الحبل. يتبادل التلاميذ الأدوار ليعين الفائز في النهاية.

اللعبة رقم 8

41	وزارة التربية الوطنية
----	-----------------------

المطاردة

عدد التلاميذ : غير محدد

المكان : فناء المدرسة

الوسائل : لا شيء

الملعب : مستطيل

التشكيلات

سير اللعبة

- . يقرن التلاميذ مثنى مثنى داخل الملعب .
- . عند الإشارة واحد يهرب والثاني يطارده.
- . عند لمسه يصبح هذا الأخير مطاردا .
- . بحيث لا يخرج الأول من حدود الملعب .
- . بينما يستطيع الجلوس إذا أحس بالخطر ، ليستمر فيما بعد .
- . بعد مدة ، وإذا لم يلمس تغيير الأدوار ، ليعلن عن الفائز في النهاية .

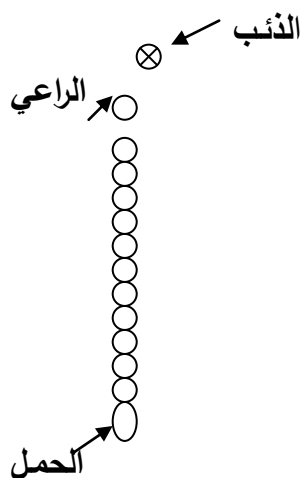
اللعبة رقم 9

الذئب والخروف

عدد التلاميذ: غير محدد

المكان : فناء المدرسة

التشكيلات



سير اللعبة

- . تشكل قاطرات من التلاميذ ، يمثل التلميذ الأول من القاطرة الراعي والأخير منها يمثل الحمل .
- . يقف تلميذ ثالث أمام القاطرة ويمثل الذئب.
- . عند الإشارة يحاول الذئب الظفر بالخروف بينما يمنع الراعي عن طريق التنقلات .
- . يصبح ذئبا كل راع لم ينجح في مهمته .
- . يصبح راعيا كل ذئب نجح في مهمته .
- . تغير الأدوار بعد مدة بحيث يسمح لأغلب التلاميذ بالقيام بأحد الأدوار .

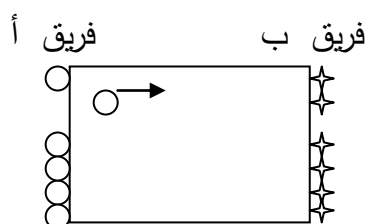
اللعبة رقم 10

الضربات الثلاث " أ "

عدد التلاميذ : غير محدد
الوسائل : لا شيء

المكان : فناء المدرسة
الملعب : مستطيل

التشكيلات



سير اللعبة

. فريقان متساويان في العدد ، يقف كل منهما على شكل موجة على أحد خطي العرض .
. يضع كل تلميذ رجلا على الخط باسطة إحدى ذراعيه للأمام بينما الأخرى للخلف .
. يعين الفريق والتلميذ الذي يبدأ اللعب .
. عند الإشارة ينطلق التلميذ نحو فريق الخصم ، محاولا ضرب يد فريق الخصم ثلاث مرات قبل أن يعود إلى مكانه دون أن يمسك به الذي تلقى الضربة الثالثة .
. يسجل نقطة إذا نجح في ذلك وتخصم منه نقطة إذا فشل .
. يفوز الفريق الذي حقق أكبر عدد من النقاط .

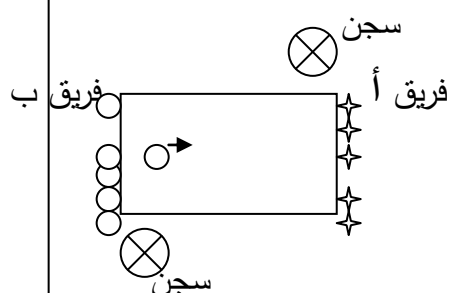
اللعبة رقم 11

الضربات الثلاث " ب "

عدد التلاميذ : غير محدد
الوسائل : حلقين

المكان : فناء المدرسة
الملعب : مستطيل

التشكيلات



سير اللعبة

. نفس قانون اللعبة السابقة .
. وضع حلقة في جهة كل فريق بمثابة سجن .
. التلميذ الذي لم ينجح في العودة إلى مكانه بعد الثلاث ضربات يصبح سجينا عند الفريق الخصم .
. الفريق الفائز الذي سجن أكبر عدد من عناصر الفريق الخصم .

اللعبة رقم 12

المنديل

عدد التلاميذ : غير محدد

المكان : فناء المدرسة

الوسائل : منديل

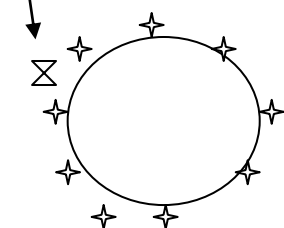
الملعب : دائرة قطرها حوالي 8 م

سير اللعبة

- . من وضعية الجلوس يشكل التلاميذ دائرة قطرها حوالي 8 م .
- . يعطى أحد التلاميذ منديلا ويدور حول الدائرة جريا .
- . ليضعه وراء أحد الجالسين ، الذي يقوم ويطارده .
- . محاولا الإمساك به قبل أن يأخذ مكانه وهكذا .
- . يقصى من اللعب الذي يفشل في العملية .

التشكيلات

حامل المنديل



اللعبة رقم 13

خطف المنديل "أ"

عدد التلاميذ : غير محدد

المكان : فناء المدرسة

الوسائل : منديل

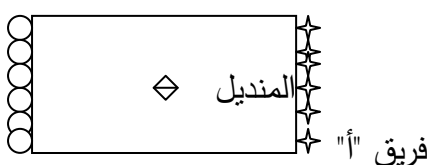
الملعب : مستطيل

سير اللعبة

- . فريقان متساويا العدد ، يقف كل واحد منهما على شكل موجة على أحد عرضي المستطيل .
- . ترقيم عناصر كل فريق .
- . يوضع المنديل في منتصف الملعب بحيث يكون على نفس البعد من الفريقين .
- . ينادي المعلم على رقم فيخرج حامله من كل فريق ويحاول أن يستحوذ على المنديل دون أن يلمسه الآخر .
- . يفوز بنقطة إذا رجع لمكانه سالما وتخصم منه نقطة إذا فشل في ذلك .
- . يفوز الفريق الذي تحصل على أكبر عدد من النقاط .

التشكيلات

فريق "ب"



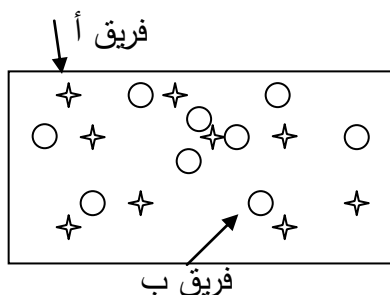
فريق "أ"

اللعبة رقم 14

خطف المناديل " ب "

المكان : فناء المدرسة
عدد التلاميذ : فريقان
الملعب : مستطيل
الوسائل : مناديل بعدد التلاميذ لكل فريق لون

التشكيلات



سير اللعبة

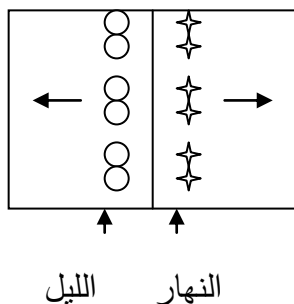
- . تنتشر عناصر الفريقين في الملعب ، لكل عنصر منديل معلق في حزامه ، بحيث يكون لون مناديل الفريق واحدا .
- . عند الإشارة يحاول كل فريق خطف مناديل خصمه .
- . الفريق الفائز الذي حصل على أكبر عدد من المناديل .

اللعبة رقم 15

الليل والنهار

المكان : فناء المدرسة
عدد التلاميذ : فريقان
الملعب : مستطيل
الوسائل : لا شيء

التشكيلات

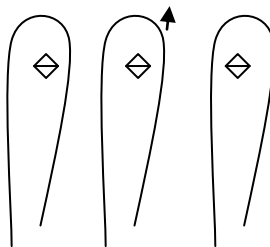
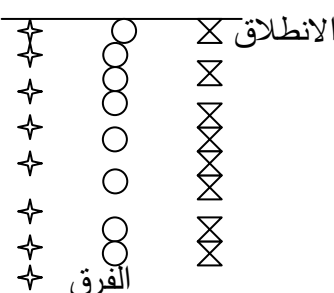


سير اللعبة

- . فريقان متساويا العدد ، يقف كل منهما على شكل موجة في منتصف الملعب ، وباتجاه العرض .
- . متقابلان وبعيدان عن بعضهما حوالي 2م .
- . يعين الفريق الذي يمثل الليل والذي يمثل النهار .
- . يسرد المعلم قصة يذكر فيها تارة كلمة الليل وأخرى كلمة النهار .
- . على الفريق الذي يذكر اسمه أن يهرب باتجاه خط نهاية نصف ملعبه قبل أن يمسكه الفريق الخصم .
- . الفريق الفائز الذي يتمكن من مسك أكبر عدد من عناصر الفريق الخصم .

2.7 - ألعاب التداول

اللعبة رقم 1

سباقات التداول
المكان : فناء المدرسة الملعب : مستطيل عدد التلاميذ : فرق الوسائل : قارورات بعدد الفرق
التشكيلات القارورات  الانطلاق  الفرق سير اللعبة . تكوين فرق متساوية العدد ، ومتقاربة في القدرات . . تحديد مسافة الجري بـ 10 أو 15 م . . يوضع خط الانطلاق ، فتقف الفرق خلفه على شكل قاطرات . . توضع قارورة بلاستيكية قبالة كل فريق وعلى نفس المسافة . . عند الإشارة ينطلق الأول من كل فريق بسرعة ليدور حول القارورة ويعود فيلمس زميله الأول فينطلق هذا الأخير ويقوم بنفس العمل . . يفوز الفريق الذي ينتهي أولاً . ملاحظة : . يمكن إضافة الدوران حول القاطرة عند العودة للمس الزميل من الخلف . . يمكن تغيير وضعيات الانطلاق (من الجلوس ، من وضعية القرفصاء.....). . يمكن تغيير أشكال الجري (برجل واحدة ، بالرجلين مضمومتين ...) . . يمكن إدراج حواجز (قفز على الحبل ، حواجز ذات علو مناسب).

اللعبة رقم 2

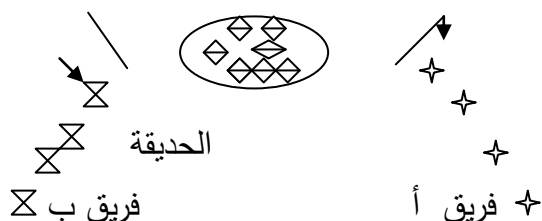
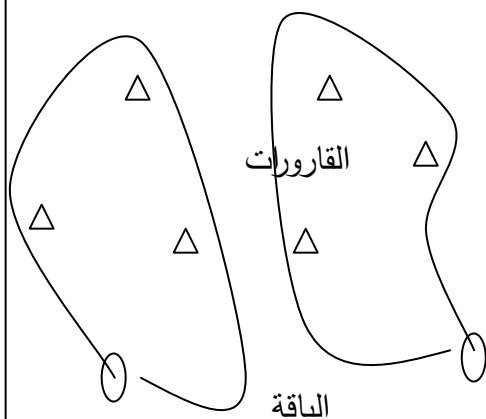
باقية الأزهار

المكان : فناء المدرسة عدد التلاميذ : غير محدد الوسائل : 6 قارورات ، 3 حلقات ، منديل

سير اللعبة

. فريقان متساويا العدد ومتقابلان على نفس البعد من الحلقة الأولى والتي بها المناديل (تمثل الحديقة).
 . توضع على بعد 5 م من كل فريق حلقة (تمثل الباقية) .
 . توضع 3 قارورات (ذات بعد 3 م) على منحني .
 . عند الإشارة ينطلق الأول من كل فريق نحو الحديقة ليقطف زهرة واحدة (منديلا) ويعود بها إلى الباقية مروراً حول القارورات .
 . يتابع جريه ليلمس زميله الذي يقوم بنفس العملية وهكذا إلى غاية مرور كل أعضاء الفريق .
 . الفريق الفائز الذي ينتهي الأول .

التشكيلات



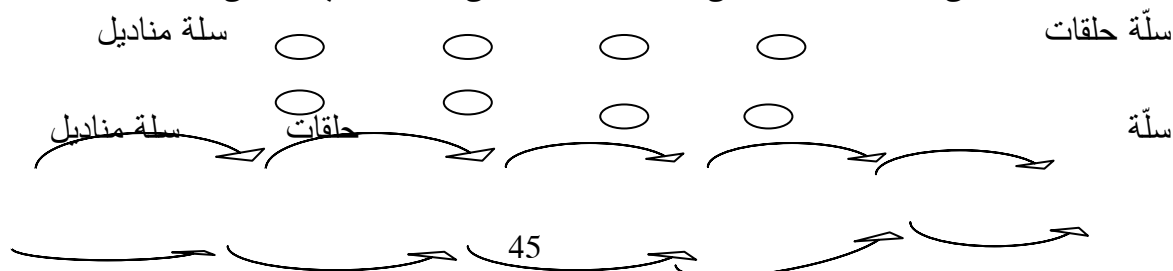
اللعبة رقم 3

الشلال

المكان : فناء المدرسة عدد التلاميذ : غير محدد الوسائل : 4 سلات + حلقات + مناديل

سير اللعبة

. فريقان متساويا العدد ومتقاربان من حيث القدرات على شكل قاطرة .
 . تقابل كل فريق مجموعة من الحلقات موضوعة على خط مستقيم تبعد الواحدة على الأخرى 5 م .
 . أمام التلميذ الأول من القاطرة سلة بها مناديل وعلى بعد 5 م من الحلقة الأخيرة توضع سلة فارغة .
 . عند الإشارة يأخذ التلميذ الأول من كل فريق منديلا من السلة وينطلق به ليضعه في الحلقة الأولى، ثم يعود ليلمس زميله الذي يقوم بنفس العملية ، إلى أن تنتقل كلها إلى الحلقة الأولى ، وهكذا بالنسبة للحلقات الأخرى حتى تصل المناديل إلى السلة المقابلة . يفوز الفريق الذي ينهي العملية الأول .
 ملاحظة : . نفس عدد السلات ، نفس عدد الحلقات ، نفس عدد المناديل ، نفس المسافة .



اللعبة رقم 4

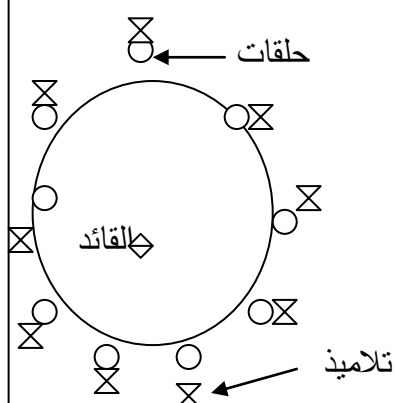
مدير السرك

المكان : فناء المدرسة

عدد التلاميذ : غير محدد

الوسائل : حلقات

التشكيلات



سير اللعبة

- . توضع الحلقات على شكل دائرة قطرها حوالي 8 م
- تبعد عن بعضها بـ 1 م
- . يقف بجانب كل حلقة تلميذ .
- . يقف داخل الدائرة تلميذ يمثل قائد السرك .
- وهو الذي يعين كيفية التنقل حول الدائرة .
- . يباغت زملاءه بالتوقف ليحتل كل منهم حلقة .
- . الذي يبقى بدون حلقة يقوم بدور قائد السرك وهكذا .

اللعبة رقم 5

الكرة الميقاتية

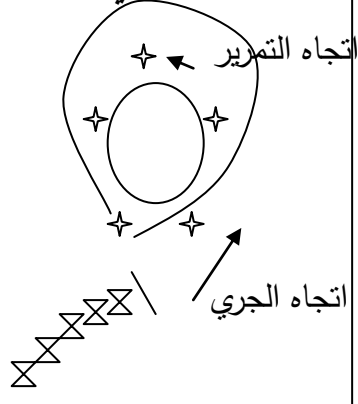
المكان : فناء المدرسة

عدد التلاميذ: فريقان

الوسائل : كرات . مناديل

الملعب : دائرة قطرها 8 م

التشكيلات



سير اللعبة

- . فريقان متساويا العدد ، الأول يشكل دائرة قطرها 8 م .
- والثاني قاطرة على بعد 4 م منها .
- . تعطى لواحد من الدائرة كرة وللاول من القاطرة منديل .
- . عند الإشارة ، فريق الدائرة يقوم بتمرير الكرة فيما بين عناصره
- وكلما عادت الكرة للأول احتسبت نقطة .
- . بينما ينطلق الأول من القاطرة بالمنديل ويدور حول الدائرة
- ليعود ويسلم المنديل لزميله الذي يقوم بنفس العمل .
- . عند مرور كل عناصر القاطرة ، يتبادل الفريقان الموقع ، وتجرى نفس العملية .
- . الفريق الفائز الذي حقق أكبر عدد من التمريرات .

اللعبة رقم 6

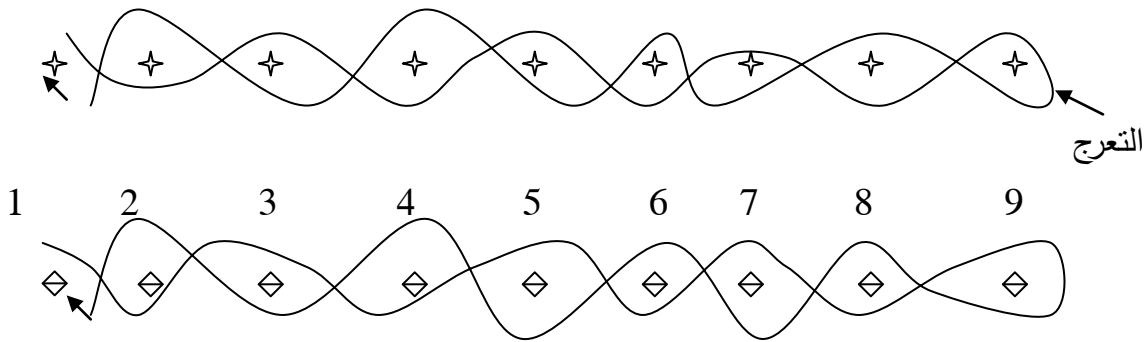
المنعرج المرقم

عدد التلاميذ : فرق متساوية
الوسائل : لا شيء

المكان : فناء المدرسة

سير اللعبة

- تشكيل 3 أو 4 فرق متساوية في العدد ومتقاربة في القدرات لضمان التنافس .
- على شكل قاطرات متراصفة بعد الواحدة على الأخرى 3 م ، بعد التلميذ عن زميله في القاطرة 1 م .
- ترقم عناصر القاطرة ، وعندما ينادي المعلم على رقم ينطلق أصحاب الرقم من القاطرات (جريا متعرجا)
- بين زملائهم ذهابا وإيابا حتى العودة إلى أماكنهم تمنح النقاط حسب ترتيب الوصول .
- في النهاية تجمع النقاط ويفوز الفريق الذي تحصل على أقل مجموع .



3.7 — ألعاب المواجهة

اللعبة رقم 1

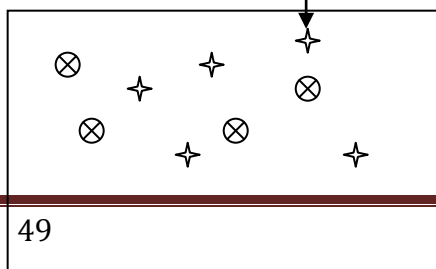
التمريرات العشر

عدد التلاميذ : فريقان
الوسائل : كرة

المكان : فناء المدرسة
الملعب : مستطيل

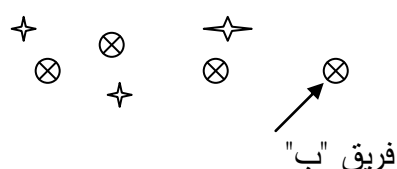
التشكيلات

فريق "أ"



سير اللعبة

- فريقان متساويا العدد.
- يعين الفريق المستفيد بالكرة عن طريق القرعة.
- يحاول كل فريق عن طريق تمرير الكرة بين عناصره
- تحقيق عشر تمريرات متتالية ليسجل نقطة .



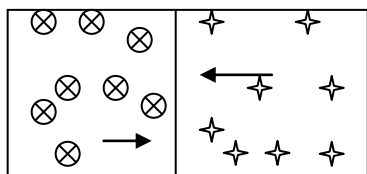
- . يعاد العد عند سقوط الكرة أو خروجها من حدود الملعب .
- . يعمل الفريق الخصم على منع التمرير والاستحواذ على الكرة .
- . يمكن إدراج بعض قواعد اللعب المناسبة للمستوى .
- . مثل : قاعدة المشي بالكرة ، عدم مسك الزميل....

47

اللعبة رقم 2

الكرات الحارقة

عدد التلاميذ : فريقان	المكان : فناء المدرسة
الوسائل : كرات صغيرة	الملعب : مستطيل
التشكيلات	سير اللعبة

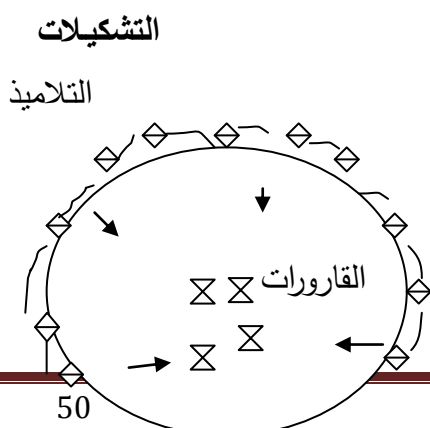


- . فريقان متساويا العدد ، ينتشر كل منهما في نصف ملعبه .
- . يأخذ كل فريق نصيبه من الكرات (نفس العدد) .
- . عند الإشارة الأولى يتراعى التلاميذ بالكرات ، بحيث يحاول كل فريق التخلص من أكبر عدد من الكرات .
- . عند الإشارة الثانية يتوقف اللعب وتحسب الكرات الموجودة عند كل فريق .
- . الفريق الفائز الذي بقي عنده أقل عدد من الكرات .

اللعبة رقم 3

الشموع المسمومة

عدد التلاميذ : من 15 إلى 20	المكان : فناء المدرسة
الوسائل : قارورات	الملعب : دائرة
التشكيلات	سير اللعبة



- . يشكل التلاميذ دائرة وهم ممسكون بأيدي بعضهم البعض .
- . توضع داخل الدائرة قارورات بلاستيكية (الشموع المسمومة) .
- . عند الإشارة يحاول كل تلميذ إسقاط القارورات بواسطة أحد رفقاءه عن طريق الجذب.



- . يقصى كل تلميذ تسبب في إسقاط قارورة .
- . يتوقف اللعب إذا انفصل التلاميذ عن بعضهم البعض ويستأنف بعد استعادة المسك .
- . يعلن عن الأربعة الفائزين الباقين دون إقصاء.

48

اللعبة رقم 4

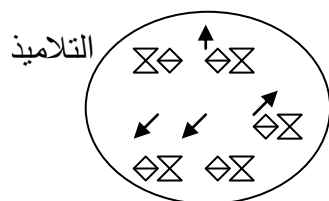
الحلقة الملعونة	
المكان : فناء المدرسة عدد التلاميذ : من 6 إلى 10 في كل دائرة الوسائل : حلقات بلاستيكية	
التشكيلات 	سير اللعبة . تشكل كل مجموعة من التلاميذ دائرة وهم ممسكون بأيديهم . . توضع حلقة بلاستيكية وسط الدائرة . . عند الإشارة يحاول كل تلميذ جذب الباقين لإدخالهم الحلقة . . تسجل نقطة ضد كل تلميذ يدخل الحلقة . . يتوقف اللعب إذا انفصل التلاميذ عن بعضهم البعض لاستعادة المسك. . يعلن فائزا التلميذ الذي سجل عليه أقل عدد من النقاط .

اللعبة رقم 5

خارج الدائرة	
المكان : فناء المدرسة الملعب : دائرة عدد التلاميذ : غير محدد الوسائل : لا شيء	
51	وزارة التربية الوطنية

سير اللعبة

التشكيلات



. فريقان متساويا العدد.

. ينتشر التلاميذ ثنائيات داخل الدائرة .

. يحاول كل تلميذ جذب أو دفع خصمه خارج الدائرة .

. تسجل نقطة لكل تلميذ تمكن من ذلك.

. بعد مدة تحتسب نقاط الفريق ويعلن عن الفائز.

49

اللعبة رقم 6

قنص الأرناب

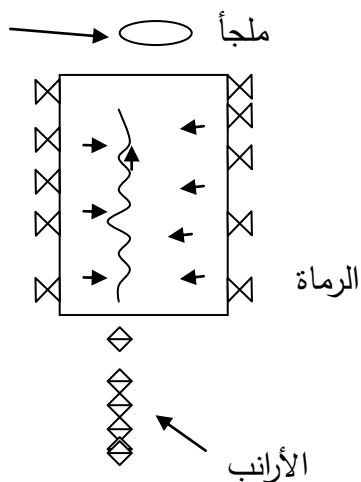
عدد التلاميذ : غير محدد

المكان : فناء المدرسة

الوسائل : كرات خفيفة

الملعب : مستطيل

التشكيلات



سير اللعبة

. فريقان متساويان في العدد .

. تعطى للأول كرات خفيفة وينتشر على محيط الملعب

من ناحيتي الطول ويمثل الرماة.

. بينما يمثل الثاني العصافير ويقف على أحد خطي العرض

وله ملجأ على خط العرض الآخر.

. عند الإشارة تحاول الأرناب قطع الملعب جريا

(الواحد تلو الآخر) متجنبين الكرات المسددة من طرف الرماة .

. يسجن كل أرناب تم قنصه .

. يتبادل الفريقان الأدوار .

. في النهاية الفريق الفائز ، الذي تمكن من قنص أكبر عدد .

اللعبة رقم 7

تجنب الكرة " أ "

عدد التلاميذ : من 10 إلى 14

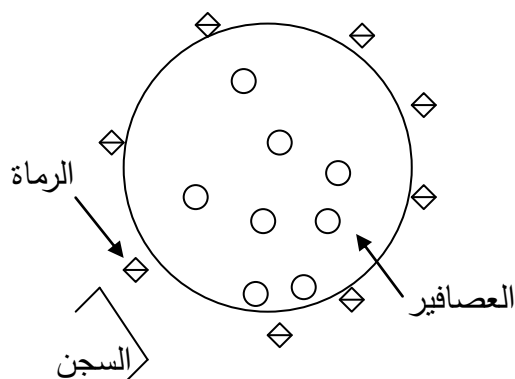
المكان : فناء المدرسة

الوسائل : كرة صغيرة خفيفة

الملعب : دائرة قطرها حوالي 8 م

سير اللعبة

التشكيلات



- . فريقان متساويا العدد .
- . الفريق الأول يمثل الرماة وينتشر حول محيط الدائرة
- . تعطى له الكرة .
- . الفريق الثاني يمثل العصافير وينتشر داخل الدائرة .
- . عند الإشارة يحاول فريق الرماة التمرير فيما بين عناصره
- . والتسديد للمس العصافير .
- . يقصى ويسجن كل عصفور يلمس بالكرة.
- . بعد مدة (دقيقتان مثلا) يتبادل الفريقان الأدوار .
- . الفريق الفائز الذي أصيب أقل عدد من عناصره .

50

اللعبة رقم 8

تجنب الكرة " ب "

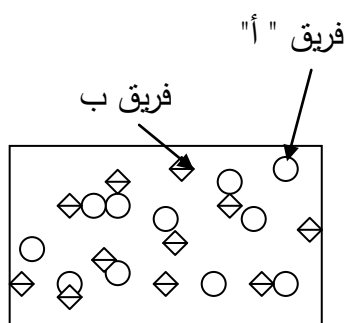
عدد التلاميذ : فريقان من 10 إلى 14

المكان : فناء المدرسة

الوسائل : كرة صغيرة

الملعب : مستطيل

التشكيلات



سير اللعبة

- . يوزع الفريقان على أرضية الملعب .
- . عند الإشارة يحاول الفريق المستفيد من الكرة وعن طريق
- التمرير بين عناصره لمس عناصر الفريق الخصم بالكرة
- الذي يسعى عن طريق التنقلات إلى تجنبها.
- . من يلمس بالكرة يقصى ويغادر الملعب.
- . يتبادل الفريقان الأدوار بعد دقيقتين من اللعب .
- . يفوز الفريق الذي يكون لديه أقل عدد من المصابين.
- ملاحظة :** يوضع قانون حسب مستوى التلاميذ مثلا :
- عدم المشي بالكرة أكثر من 3 خطوات

اللعبة رقم 9

رياح المنطقة

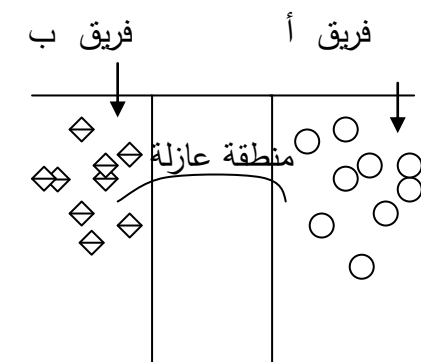
عدد التلاميذ : غير محدد

المكان : فناء المدرسة

الوسائل : كرة

الملعب : مستطيل

التشكيلات



سير اللعبة

. فريقان "أ"، "ب" متساويا العدد ، يأخذ كل فريق مكانه في ميدانه بينهما منطقة عازلة حوالي 3م .يعين الفريق الذي يبدأ اللعب عن طريق القرعة. عند الإشارة يرمي الذي عنده الكرة إلى أبعد مكان ممكن من منطقة الخصم.

الحالة الأولى : تمسك الكرة من طرف الفريق الخصم دون أن تسقط وهنا يستطيع اللاعب التقدم ثلاث خطوات ورميها بدوره إلى أبعد مكان ممكن من منطقة الخصم .

الحالة الثانية : توقف الكرة بعد سقوطها ، وهنا يكون الرمي من نفس المكان دون التحرك . تحتسب نقطة للفريق الذي استطاع أن يسقط الكرة في منطقة الخصم . الفريق الذي سجل أكبر عدد من النقاط يعتبر فائزا .

51

اللعبة رقم 10

الكرة إلى المرمى " أ "

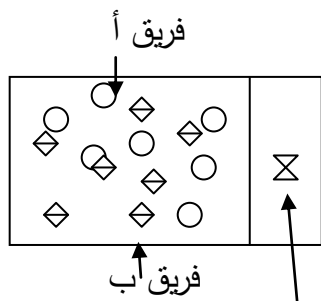
عدد التلاميذ : فريقان من 5 إلى 7

المكان : فناء المدرسة

الوسائل : كرة

الملعب : مستطيل به رواق من إحدى ناحتي العرض

التشكيلات



التلميذ المرمى

سير اللعبة

. فريقان متساويان في العدد منتشran في الملعب . يوضع تلميذ في الرواق يمثل المرمى . يعين الفريق الذي يبدأ اللعب عن طريق القرعة . يقوم الفريق بتمرير الكرة فيما بين عناصره محاولا إيصالها في النهاية إلى التلميذ المرمى . دون أن تسقط أو تخرج ، ودون أن يدخل اللاعبون الرواق . يفوز الفريق الذي يسجل أكبر عدد من النقاط .

اللعبة رقم 11

الكرة إلى المرمى " ب "

عدد التلاميذ : من 5 إلى 7

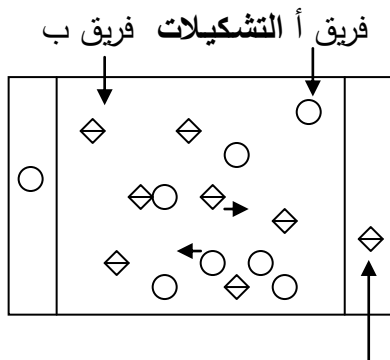
الوسائل : كرة

المكان : فناء المدرسة

الملعب : مستطيل برواقين عرض الواحد 2م

من ناحية العرض

سير اللعبة



التلميذ المرمى

- . تجرى اللعبة بفريقيين لكل منهما لاعب مرمى .
- . يأخذ اللاعب المرمى مكانه في الرواق المقابل لفريقه .
- . تسجيل نقطة يكون بإيصال الكرة للمرمى دون أن تسقط أو تخرج من الميدان ، أو يدخل اللاعبون الرواق ، أو يخرج المرمى من الرواق .
- . يفوز الفريق الذي يتمكن من تسجيل أكبر عدد من النقاط .
- . يمكن إدراج بعض القوانين الخاصة حسب مستوى التلاميذ .

ملاحظة :

يمكن القيام بنفس اللعبة مع تعويض الرواق بحلقة قطرها 1 م في منتصف خطي العرض يقف داخلها التلميذ المرمى ، أو وضع حلقة في كل زاوية من زوايا المستطيل ووضع الكرة داخل الحلقة للتسجيل.

اللعبة رقم 12

الكرة المتدرجة

عدد التلاميذ : فريقان من 5 إلى 10

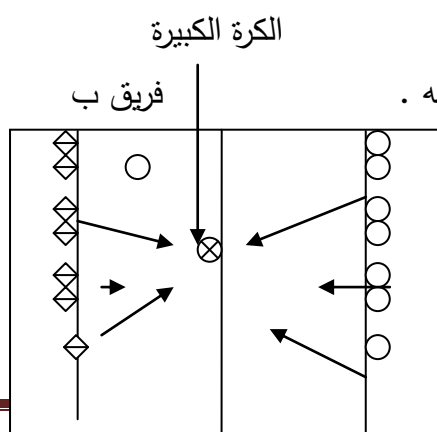
الوسائل : كرة كبيرة وكرات صغيرة

المكان : فناء المدرسة

الملعب : مستطيل

التشكيلات

سير اللعبة



الكرة الكبيرة

فريق ب

- . ينتشر أعضاء كل فريق وراء خط العرض المخصص له .
- . يكلف لاعب من كل فريق بجمع الكرات داخل الميدان وإعادتها لزملائه .
- . توضع الكرة الكبيرة في منتصف الملعب .
- . توزع الكرات الصغيرة على عناصر الفريقين بالتساوي .
- . عند الإشارة يحاول كل فريق دحرجة الكرة الكبيرة لمنطقة الخصم عن طريق قذفها بالكرات الصغيرة .

. يفوز الفريق الذي يتمكن من ذلك بعد مدة .

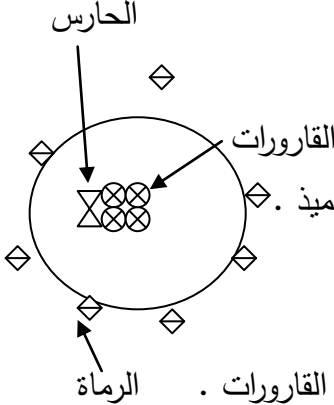
فريق أ

8

◇

◇

اللعبة رقم 13

الكرة والقصر	
عدد التلاميذ : من 10 إلى 15	المكان : فناء المدرسة
الوسائل : كرة + 4 قارورات بلاستيكية	الملعب : دائرة قطرها حوالي 8 م
التشكيلات	سير اللعبة
	. ينتشر التلاميذ على محيط الدائرة . . توضع القارورات في منتصف الدائرة على شكل مربع ضلعه 1 م يحرسها تلميذ . . يحاول التلاميذ الملتفون حول الدائرة إسقاط القارورات عن طريق القذف . بالكرة مستعملين التمرير فيما بينهم لمغالطة الحارس . . يمكن التنافس حسب الفرق ، والفوز يعود للذي استغرق اقصر وقت لإسقاط القارورات .

- تستعمل الألعاب الهادئة في نهاية الحصة ، قصد استعادة التلاميذ حالتهم الطبيعية ، ومواصلة بقية الدروس داخل القسم .
- . كما أنها تستخدم للاسترجاع بين مجهودين شديدين .
- . وتستعمل أيضا داخل القسم ، حينما يتعذر القيام بحصة التربية البدنية في الساحة ، أو حتى بين نشاطين لاستعادة الحيوية .

اللعبة رقم 1

قال علي	
المكان : الفناء ، داخل القسم	عدد التلاميذ : كل القسم
سير اللعبة	
. يعين المعلم تلميذا يقوم بإصدار الأوامر مثل قال علي وقوف ، قال علي جلوس قال علي اليد فوق الرأس. . لا يستجيب التلاميذ للأوامر إلا إذا كانت مسبقة ب " قال علي " . يقصى كل تلميذ خطأ . . يعلن في النهاية عن الفائز.	

اللعبة رقم 2

الألوان	
المكان : الفناء، قاعة الدراسة	عدد التلاميذ : كل القسم

سير اللعبة

مثلاً:

- . اللون الأحمر يعني الوقوف.
- . اللون الأصفر يعني الجلوس.
- . اللون الأبيض يعني الدوران في نفس المكان .
-
- . يقوم المعلم بسرد قصة يذكر فيها الألوان ، وكلما تلفظ بلون استجاب التلاميذ لما يعنيه.
- . يقصى كل تلميذ أخطأ.
- . يعلن في النهاية عن الفائز .

54

اللعبة رقم 3

قائد الجوق	
عدد التلاميذ : كل القسم	المكان : الفناء ، قاعة الدراسة
سير اللعبة . يخرج المعلم تلميذا خارج القسم ، بحيث لا يسمع ولا يرى ما يجري بداخله. . يعين تلميذا يمثل قائد الجوق ، الذي يقوم بحركات خفية عن التلميذ الذي كان بالخارج . . يرددها التلاميذ دون أن يكشفوا عن القائد. . بينما يحاول الذي كان بالخارج اكتشافه ، وله في ذلك ثلاث محاولات .	

اللعبة رقم 4

الصارفة	
عدد التلاميذ : كل القسم	المكان : الفناء ، قاعة الدراسة

سير اللعبة

- . يخرج المعلم تلميذا خارج القسم ، بحيث لا يسمع ولا يرى ما يدور بداخله .
- . يعطي أحد التلاميذ صفارة .
- . يبدأ في الصفير بعد دخول زميله ، الذي يحاول اكتشافه .
- . له الحق في ثلاث محاولات .

اللعبة رقم 5

الحمامة تطير

المكان : الفناء ، قاعة الدراسة
عدد التلاميذ : كل القسم

سير اللعبة

- . بعد الاتفاق على نوع الطير ، يقف التلاميذ في أماكنهم ، ويقف أحد أمامهم يقوم بحركات للطيور وعلى زملائه ألا يقلدوه إلا إذا قام بالحركات التي تدلّ على الطائر المتفق عليه ، يقصى من أخطأ .
- . يعلن في النهاية عن الفائز .

55

اللعبة رقم 6

السكة والبحر

المكان : الفناء ، قاعة الدراسة
عدد التلاميذ : كل القسم

سير اللعبة

- . يقف القائد أمام زملائه .
- . يمد الذراع اليمين ، ويمثل البحر ، بينما يمثل الذراع الشمال السكة .
- . يمرر اليد اليسرى التي تمثل السكة ، تارة تحت اليمنى التي تمثل البحر وتارة فوقها .
- . لا يصفق التلاميذ إلا عند مرور السكة فوق البحر .
- . يقصى كل تلميذ يخطئ .
- . يعلن في النهاية عن الفائز .

اللعبة رقم 7

رَكْز وتَذَكُّر	
عدد التلاميذ: كل القسم	المكان : الفناء , قاعة الدراسة
سير اللعبة . يضع المعلم عدة أشياء على الطاولة (من 7 إلى 10) ، تعطى مهلة 10 ثوان للتلميذ ليتذكر ترتيبها . . يخرج ، بعد ذلك تبعثر هذه الأشياء . . يحاول التلميذ إعادة ترتيبها . . تعطى له نقطة كلما وُفق في ترتيب شيء . . يمكن حذف شيء أو أشياء ، وعلى التلميذ التعرف عليه .	

56

8. شروط وضع المنهاج حيز التطبيق

1.8 مقاصد المنهاج

من المقاصد المنتظرة من المنهاج ، إعطاء إمكانية الممارسة الميدانية للتربية البدنية كمادة تعليمية ، أساسها تحضير الطفل ، بإتاحة الفرصة له لاكتشاف كل من جسمه والمحيط البشري والمادي الذي يتعامل معه .

ولأنّ إكساب كفاءات للمتعلّمين يتطلّب تغيير طريقة الممارسة البيداغوجية الحالية والمألوفة ، ويدعو إلى تحيين تكوين المعلمين بالمستجدات الحديثة ، تكويننا يعيد النّظر في علاقتهم بالمعرفة نفسها ، وبكيفية تقديمها للمتعلّمين .

فمهنة المعلم لم تعد تلك التي تعتمد على نقل وصّب المعلومات والمعارف ، بل في تهيئة الطّرف للمتعلم كي يتعلّم ، وإكسابه القدرة على تجنيد معارفه واستخدامها كلما دعت الضرورة لذلك .

بحيث ينطلق من تجاربه الخاصة ليبني رأس مال يتمثّل في " التحكّم " ، هذا التحكّم المتجدّد والمرافق للتكيف مع كلّ المواقف والوضعيّات التي تواجهه وتعرضه ، يركز أساسا على السلوكات والتصرّفات الحركية

- التي لها مكانتها المميزة في العملية التعليمية في التربية البدنية ، والتي تسمح للطفل :
- . بالوعي بإمكانياته واستثمارها .
 - . بالتعلم عن طريق المساهمة الطوعية .
 - . بغرس روح حب التطور .
 - . باستثمار التعبير الجسدي كوسيلة هامة للتواصل .
 - . بترقية العلاقات الاجتماعية والمساهمة الفعالة في العمل الجماعي.

وهذا يقتضي إحداث ثورة على التعليم التقليدي والانتقال من منطق التعليم إلى منطق التعلم ومواجهة
الوضعيات الإشكالية التعليمية ، التي يأخذ فيها المعلم دور المنشط ، الموجه والمشجع للعمل الفردي والجماعي .

ولكي يتأتى هذا فعلى المعلم :

- . أن يجدد معارفه ويرفع منها في المادة بصفة عامة وفي الأنشطة بصفة خاصة ، ومن كيفية استخدامها واستثمارها حتى تتماشى ومتطلبات المنهاج المبني على الكفاءات .
- . أن يكون ملما بالمفاهيم الواردة في المنهاج ، قادرا على استخدامها في مواضعها .
- . أن يتحكم في المنطق الذي بني عليه المنهاج (من ملمح للخروج ، إلى كفاءات شاملة إلى كفاءات ختامية، إلى مركبات الكفاءة ، إلى معايير التقييم إلى.....) .
- . أن يمرن نفسه على صياغة الأهداف .
- . أن يعرف كيف يختار الوضعيات التعليمية الاشكالية ، بحيث تخدم الأهداف مباشرة.
- . أن يجعل التقويم بأنواعه يرافقه في كل مراحل العملية التعليمية.

2.8 - بناء المنهاج:

بني المنهاج لبلوغ كفاءات بمختلف مستوياتها ، وإرساؤها خلال المسار الدراسي ، بحيث تظهر في سلوكيات الطفل وتصرفاته عند مواجهته لما يصادفه من إشكاليات في حياته اليومية العادية .
ولتحقيق هذا انتهجنا المسعى التالي:

- . انطلاقا من خصائص الطفل وأهداف المادة في المرحلة ، حددت مواصفات ، تعبّر عن ملمح المتعلم.
- . ترجمت هذه المواصفات إلى كفاءات شاملة تعبّر عن سلوكيات الطفل في نهاية مسار تعليمي " الطور " .
- . صنفت احتياجات الطفل في هذه المرحلة حسب ثلاث ميادين تعليمية (الوضعيات والتقلات ، الحركات

القاعدية ، الهيكلية والبناء) .

- . صيغت لكل ميدان تعليمي كفاءة ختامية مشتقة من الكفاءة الشاملة
- . حدّد لكل كفاءة ختامية مركبات ترتكز عليها و تدلّ على مدى اكتسابها .
- . تترجم هذه المركبات إلى أهداف عملية يتناولها التلاميذ في الحصص التعليمية .
- . ترتبط أهداف الحصص ارتباطا وثيقا بالوضعيات التعليمية الاشكالية كسياق لتنفيذها .

• أسس البناء والتطبيق

– بناء وحدة تعليمية : تعريفها: هي التمهيد التعليمي الذي يتضمن مجموعة حصص قصد بلوغ هدف تعليمي.

* المنهجية المتبعة

أ . التقويم التشخيصي(الأولي):

- . تحديد العناصر الخاضعة للتقويم ، انطلاقا من مركبات الكفاءة المعنية .
- . تحديد المحتوى (لعبة...) الذي يقوم عن طريقه التقويم
- . تحديد منهجية تطبيق المحتوى ..
- . تحليل النتائج (استخلاص النقائص وترتيبها حسب أولويات)

ب . إعداد الوحدة التعليمية وتطبيقها

- . صياغة هدف الوحدة التعليمية ، والذي يعبر عن مدلول المركبات المتناولة
- . صياغة أهداف الحصص انطلاقا من المركبات (النقائص) .
- . توزيعها على المدى الزمني (حسب عدد الحصص) .
- . تحديد المحتوى (وضعيات تعلم) لكل هدف تعليمي .
- . اعتماد التقويم التكويني كضابط ومعدّل مرافق لسيرورة التعلم (في جميع الحصص) .
- . تطبيق الحصص ميدانيا مع التلاميذ

ج . التقويم التحصيلي :

- . إخضاع مركبات الكفاءة (النقائص) المحددة في بداية الوحدة التعليمية للتقويم .
- . تحديد المحتوى (لعبة ..) يستجيب للمؤشرات المراد تقويمها .
- . تحديد وسائل ومنهجية التقويم (ذاتي ، جماعي ، فردي ...)

. تحليل النتائج .

**من خلال هذا يتم تحديد مدى تحقيق الأهداف التعليمية
المسطرة ومنه مدى اكتساب الكفاءة المستهدفة .**

— بناء وحدة تعليمية (حصّة) :

أ . جانب التحضير

. انطلاقا من الوحدة التعليمية ، يتم استخراج هدف الحصّة.

. تحليل هدف الحصّة ، وتحديد مبادئه الأساسية.

. تحديد المحتوى (اللعبة أو الألعاب التي تحقق الهدف بنسبة أكبر)

. تحديد صيغة سيرورة التعلّم (بورشات ، أفواج ، فردي الخ).

. تحديد مدّة الممارسة (اللعبة ، الألعاب) .

. تحديد المهام والأدوار التي يقوم بها المتعلّمون.

. توقّع الحلول للصعوبات التي تواجه المتعلّم.

ب . جانب التطبيق : المبادئ المسيّرة للدرس :

بعد تحضير وإعداد الحصّة يتحوّل دور المعلّم إلى تنشيط القسم وتسيير مراحل الدرس ميدانيا

وهذا يستوجب تطبيق مبادئ :

. يشرح ، يقوم بالعرض بنفسه أو عن طريق تلميذ .

. يعلن عن بداية ونهاية العمل ، بواسطة إشارات مفهومة .

. يصحّح فرديا وجماعيا ويقوّم أعمال التلاميذ .

. يوجّه ويعدّل التعلّقات .

. يثير اهتمام ، يشوّق ، يشجّع ، يطمئن ، يساعد التلاميذ .

ج . المبادئ المتعلّقة بالتسخين :

يعتبر التسخين إحدى المراحل الهامة في حصّة التربية البدنية ، حيث أنّه يضمن للجسم تحمّل شدة

المجهود التي يتطلّبها مضمون الحصّة . ولذا فعلى المعلّم أن يسهر على :

— مبدأ تدرّج صعوبة التمارين والحركات .

— تكييف مدّة العمل واختيار التمارين حسب طبيعة النشاط والحالة الجوية .

— احترام مبدأ العمل والراحة .

د . المبادئ المتعلّقة بالجزء الرئيسي :

من المعلوم وأنّ الجزء الرئيسي من الحصة يضمن تحقيق الهدف المسطر ، ولذا فمساهمة المعلم كبيرة في هذه المرحلة من حيث :

- اقتراح المضامين في صيغة إشكاليات .
- تنشيط أفواج العمل .
- مراقبة المتعلمين لإيجاد الحلول المناسبة ، وهذا عن طريق :

+ التدخّلات الشفوية :

- الشرح الموجز ، المبسّط والمفهوم .
- تقديم التوجيهات في الوقت المناسب .
- استعمال صوت مسموع وواضح .

+ التدخّلات العمليّة (الحركيّة) :

- استعمال إشارات وحركات واضحة وصحيحة (باليدين ، بالجسم كلّ ، بالأداة المستخدمة) .
- استعمال إشارات مركّبة (بين الصوت والحركة) .
- التنقّل بين الورشات ومراقبة الأعمال .
- التصحيح الفردي أثناء سير التمارين والحركات .
- توقيف العمل لإعادة الشّرح أو للتصحيح الجماعي .
- اقتراح بعض الحلول ، وتزويد التلاميذ بمعطيات إضافية إذا اقتضت الضرورة .

هـ . المبادئ المتعلّقة بالرجوع للهدوء :

- كثيرا ما تهمل هذه المرحلة ، والمؤكّد أنّها :
- فترة استعادة التلاميذ لحالتهم الطبيعية الهادئة .
- قد تكون بلعبة هادئة أو بحوصلة ما جاء في الحصّة .
- تعلن فيها النتائج إن كانت هناك منافسة .
- تحضّر فيها الحصّة القادمة .

9 - مدونة الوسائل التعليمية :

يلعب العتاد الرياضي والوسائل التعليمية دورا هاما في تذليل الصّعوبات التي تواجه العمليّة التعلّميّة ، ويؤدّي إلى تحسين الفعل التربويّ.

أ . التجهيز الرياضي :

* تجهيز ضروري : ساحة للممارسة (ساحة المؤسّسة أو ساحة مجاورة) بحيث تكون :

. آمنة ومؤمّنة . مؤشّرة (مخطّطة) . نظيفة .

* تجهيز مستحبّ : ملاعب مخطّطة وما يتبعها من مرامي وأعمدة .

60

ب . الوسائل التعليمية : (مدوّنة)

- . كرات رسمية صغيرة من البلاستيك .
- . كرات من البلاستيك ذات أحجام مختلفة .
- . كرات طبيّة صغيرة .
- . أقماع تستعمل كمعالم (يمكن صنعها بقارورات بلاستيكية بعد ملئها بالرمل) .
- . حلقات ذات قطر 1م (يمكن صنعها بالبلاستيك العازل لخيوط الكهرباء) .
- . حبال بأطوال مختلفة .
- . لوحات خشبيّة .
- . شواهد خشبيّة ذات طول 30 سنم (تصنع بقصّ ذراع المكنسة) .
- . مناديل ، مجموعات صدریات (كلّ مجموعة بلون) .
- . ساعة ميقاتي . صفارة . ديكا متر .

10 - هيكلّة للقسم .

- * القسم : هو الوحدة التي تضم أفراد المستوى الواحد، لا يتغير طيلة السنة الدراسية .
- * الفرع : يضم الفرع أكثر من 5 وأقل من 10 تلاميذ ، ويستعمل في النشاطات الرياضية ذات الطابع الجماعي .

* النادي والفريق :

- يعمد المعلم في بداية السنة الدراسية إلى تقسيم القسم (الفوج التربوي) إلى ناديين متقاربين في المستوى لضمان التنافس طيلة السنة الدراسية .
- يقسم كل ناد إلى فريقين أو أكثر حسب كثافة القسم .
- يختار لكل ناد اسم يعرف به فيما بعد .
- لكل ناد رئيس .
- لكل فريق قائد .
- عناصر النادي لا تتغير طيلة السنة الدراسية .
- عناصر الفريق تتغير حسب الحاجة .

ملاحظة : من أجل تنافس حقيقي يجب تقسيم القسم إلى ناديين متكافئين في القدرات بحيث كل ناد يضم عناصر متفوقين ، متوسطين و ضعاف.

61

11 التشكيلات والتنقلات :

ما يجب الوقوف عنده هو ضرورة احترام المنهاج والمواقيت المخصصة لتطبيقه (حصة من 45 د) فالحصة المنظمة لا تساعد على تحقيق الأهداف فقط ، بل تتعدى إلى تنظيم وتطوير العلاقة بين المربي و التلميذ ، وبين التلاميذ أنفسهم . والتنظيم المحكم يخلق الجو الملائم للتلميذ ، ويمنحه الفرصة للتعبير عن إمكانياته البدنية والفكرية ووضعتها حيز التطبيق ، وهذا يدفعه إلى المشاركة في بناء تعلمه . و يمرّ هذا التنظيم عبر الاستعمال العقلاني للتشكيلات والتنقلات.

1.11 - التشكيلات :

عموما نجد ثلاثة أنواع من التشكيلات :

- 1 - تشكيلات التقسيم
- 2- تشكيلات التوقع
- 3- تشكيلات التنظيم

أ . تشكيلات التقسيم

- القسم (المستوى الدراسي)
- الفرع 5 تلاميذ وأكثر
- الفوج حسب القوة
- الفريق والنادي
- المجموعة
- الزوجي
- الفردي

ب . تشكيلات التوقع

- القاطرة (الصف) - الموجة - الكتلة
- حسب أشكال هندسية دائرة ، مربع، مثلث، الخ.....

ج . تشكيلات التنظيم

- حسب القامة (من الصغير إلى الكبير أو العكس)

- الاستعداد
- اتجاه النظر
- تغيير الاتجاه
- من الثبات أو في حالة تنقل
- تغيير التشكيلة .

62

2.11 - التنقلات :

سواء أثناء التسخين أو أثناء المرحلة الرئيسية ، يكون تنقل التلاميذ حسب ترتيبات تنظيمية تأخذ بعين الاعتبار مساحة أو ساحة الممارسة .

12 - التوصيات : مراقبة نشاط التلاميذ

من ضروريات متابعة النشاط البدني ، مراقبة مدى تأثير هذا النشاط على جسم الطفل .
وهناك سبل عديدة لذلك ، نذكر منها :

أ . الملامح الخارجية

الوجه : وتلخص في ثلاث حالات متباينة



قف

- . لون داكن واصفرار
- . بقع عرق جافة
- . قبض في العضلات



حذار

- . ميول للون الداكن
- . قطرات عرق قليلة
- . بداية تشنج عضلات الوجه



جيد

- . فاتح + لمعان
- . قطرات عرق كبيرة
- . استرخاء عضلات الوجه

من الملامح الخارجية كذلك :

- جري غير مستقيم - عدم التحكم في الإيقاع - فقدان التوازن أثناء الجري

ب . الملامح الداخلية:

إذا كان يستحيل كشف آليات العمل البدني أثناء أي نشاط ، فإننا نعتمد على قراءة ما يحسّ به الطفل الذي يقوم بهذا النشاط .

أعراض الاضطرابات الداخلية:

- . كل توقف للطفل معناه الإحساس بالتعب (ما يعرف أن الطفل بطبيعته مداوم لا يعرف الغش خاصة إذا كانت النشاطات المقترحة تجلب اهتمامه).

- . القياء هو إنذار لمشكل على مستوى الجهاز الهضمي (الطفل في هذه الحالة لا يستطيع مواصلة الجهد) .
 - . الإحساس بالدوران أو الغثيان ولو مؤقتا إنذار للمربي بعدم ملائمة شدة المجهود البدني مع قدرات الطفل .
 - . الإحساس بثقل الرجلين أثناء الجري من سمات تراكم حمض اللبن في الألياف العضلية .
 - . تعرض الطفل لرؤية ضبابية منذر آخر بحالة غير ملائمة .
 - . التنفس السريع دليل على ارتفاع نبضات القلب إلى درجة غير عادية.
- ملاحظة :**

تستدعي كل هذه الحالات إيقاف النشاط وترك التلميذ في حالة استرخاء واسترجاع

متزامنة مع إجراء تمارين تنفسية مناسبة .

وإذا استلزم الأمر فعلى المعلم إبلاغ الجهات المعنية من إدارة وأولياء عن الحالة الصحية للتلميذ.