

أعمال موجهة رقم 06:

معالجة تعليمية نشاط كرة الطائرة في حصة التربية البدنية و الرياضية

أولاً: تحديد طبيعة نشاط كرة الطائرة

تعدّ كرة الطائرة من الألعاب الجماعية ذات الطابع الحركي-الخططي التي تعتمد على التعاون الجماعي ضمن بيئة تتميز بالفصل بين الفريقين بواسطة شبكة، مما يجعل عدم الاحتكاك المباشر من أبرز خصائصها. وتمتاز هذه الرياضة بمجموعة من الخصائص البدنية، المهارية، الخططية، والنفسية.

❖ طبيعة النشاط من الجانب البدني

- تعتمد على القدرة الانفجارية (الوثب العمودي، الإرسال القوي، الضرب الساحق).
- تتطلب الرشاقة والسرعة الحركية في الانتقال والتغيرات السريعة للاتجاه.
- تعتمد بشكل كبير على التنسيق الحركي (الربط بين الخطوات – توقيت القفز – دقة اللمس).
- تحتاج إلى مستوى جيد من المرونة خاصة في مفاصل الكتف والعمود الفقري.
- تحمل الجهد متقطع (Anaérobie Alactique) بحكم طبيعة التبادل السريع للكرات.

❖ طبيعة النشاط من الجانب المهاري

- مهارات تعتمد على اللمسات الدقيقة (استقبال الإرسال – التمهير – إعداد الهجوم).
- مهارات تتطلب توقيتاً دقيقاً (الضرب الساحق – حائط الصد).
- كل المهارات تتم بدون احتفاظ بالكرة (تلمس لجزء صغير من الثانية).
- تعاقب المهارات يتم في سلسلة مترابطة تتغير حسب وضعية الكرة والمنافس.

❖ طبيعة النشاط من الجانب الخططي

- يقوم الأداء على التعاون بين اللاعبين داخل الفريق لتنظيم اللعب.
- تغيّر مستمر في تموضع اللاعبين حسب الدور الدفاعي أو الهجومي.
- استخدام أنظمة لعب (0-5، 1-5، 2-4، 6-0...).
- ضرورة قراءة مسار الكرة، أماكن الضعف، وحركة الخصم.

- الاعتماد على الاستراتيجية الجماعية (التمويه، حجب الرؤية، توزيع الهجمات).

❖ طبيعة النشاط من الجانب النفسي

- يتطلب تركيزاً عالياً بسبب سرعة تبادل اللعب.
- تنمية الثقة بالنفس خصوصاً للضاربين والمعدّين.
- ضرورة التحكم في الانفعالات لتجنب الأخطاء.
- تشجيع الانسجام الجماعي كعنصر أساسي في النجاح.

❖ طبيعة النشاط من الجانب الاجتماعي والتربوي

- نشاط جماعي يُنمّي الروح الرياضية والتعاون.
- يعزز التواصل الجماعي بين اللاعبين.
- يرسخ قيم مثل الانضباط، احترام القواعد، والعمل الجماعي.

ثانياً: الأهداف التعليمية لنشاط كرة الطائرة

الأهداف المعرفية في نشاط كرة الطائرة

1- معرفة قوانين اللعبة الأساسية

- التعرف على قواعد اللعب: عدد اللمسات، لمس الشبكة، مناطق اللعب، أخطاء الإرسال والاستقبال.
- معرفة نظام نقاط المباراة والإجراءات التحكيمية الأساسية.
- فهم حركة الدوران (Rotation) ومتى تحدث.

2- فهم المهارات الأساسية

- معرفة خطوات المهارات مثل: الإرسال – الاستقبال – التمرير – الإعداد – الضرب – الساحق – حائط الصد.
- استيعاب الشروط الفنية الصحيحة للأداء (وضع اليدين، توقيت القفز، تموضع القدمين...).
- التمييز بين الأخطاء الشائعة وطرق تصحيحها.

3- إدراك المبادئ الخطئية الأساسية

- معرفة الفرق بين الهجوم والدفاع ودور كل لاعب في كل مرحلة.
- فهم أدوار اللاعبين (المعدّ – الضارب – لاعب الليبيرو...).
- معرفة مختلف أنظمة اللعب (0-6، 1-5، 2-4...) وهدف كل نظام.
- فهم مبادئ مثل: التغطية، التمرکز، قراءة الخصم، توزيع اللعب.

4- تنمية القدرة على التحليل واتخاذ القرار

- تحليل وضعية الكرة وتحديد الحل الأنسب (تمرير، إعداد، هجوم...).
- قراءة حركة الخصم والتنبؤ بخياراته.
- اختيار أفضل مكان للتمرکز حسب الوضعية.

5- معرفة مبادئ الوقاية والسلامة

- التعرف على قواعد الأمن أثناء القفز، السقوط، والالتحام مع الزملاء.
- فهم أهمية الإحماء والتهيئة البدنية لتجنب الإصابات.

- معرفة حدود الملعب وكيفية تجنب الاصطدام بالشبكة أو الأعمدة.

الأهداف الحسية حركية

1- أهداف تنمية التناسق الحركي

- تطوير الربط بين حركات الذراعين والساقين أثناء الإرسال، الاستقبال، والتمرير.
- تحسين التوازن الثابت والمتحرك عند أداء المهارات مثل الإرسال أو الدفاع عن الملعب.
- تنمية التوافق البصري-اليدي أثناء متابعة حركة الكرة والتحضير للمسمة الصحيحة.

2- أهداف تطوير المهارات الأساسية للكرة الطائرة

- إتقان الوضعيات الأساسية: وضعية الاستعداد، التحرك داخل الملعب، التمرير المناسب.
- إتقان مهارات: الاستقبال، التمرير من الأعلى والأسفل، الإرسال، الضرب الساحق، الحائط الدفاعي.

- تحسين القدرة على التحكم بالكرة (الدقة – الارتفاع – الاتجاه – السرعة).

3- أهداف تحسين القدرات البدنية المرتبطة بالمهارات

- تنمية السرعة الحركية عند الانتقال من الدفاع إلى الهجوم.
- تنمية القدرة على القفز (الارتفاع للضرب وللصد).
- تطوير المرونة الضرورية لحركات الذراعين والجذع.
- تحسين القدرة التحملية لأداء الجهد المتكرر خلال التبادلات الطويلة.

4- أهداف التنظيم الحركي والتعاون الجماعي

- تحسين التواصل الحركي الجماعي أثناء بناء الهجمة.
- تنمية الانسجام الحركي بين اللاعبين عند تبادل الأدوار.
- اكتساب القدرة على التحرك دون كرة لفتح المساحات وتسهيل التمرير.

أهداف وجدانية واجتماعية:

1- الأهداف الوجدانية (Affective Objectives)

- تنمية الدافعية والاهتمام بالنشاط
- تعزيز حب المتعلم لنشاط كرة الطائرة والميل للمشاركة فيه.
- تنمية الرغبة في تحسين الأداء وبذل الجهد المستمر.
- تطوير الثقة بالنفس
- زيادة ثقة المتعلم في قدرته على تنفيذ المهارات المختلفة.
- تشجيع المتعلم على خوض المحاولات الجديدة دون خوف من الخطأ.
- احترام القواعد والانضباط الذاتي
- الالتزام بقوانين اللعبة واحترام القرارات.
- تطوير القدرة على ضبط الانفعالات أثناء اللعب.
- تقبل النجاح والفشل
- تعلم كيفية التعامل الإيجابي مع نتائج اللعب (ربح أو خسارة).

- تنمية روح المثابرة رغم الأخطاء والصعوبات.
- تنمية الروح الرياضية
- احترام المنافسين، الزملاء والحكام.
- تعزيز مفهوم اللعب النظيف والبعد عن السلوكيات العدوانية.

2- الأهداف الاجتماعية (Social Objectives)

- تنمية العمل الجماعي
- تعزيز القدرة على التعاون مع الزملاء داخل الفريق.
- المشاركة في وضع خطط بسيطة أثناء اللعب الجماعي.
- تحسين التواصل الفعال
- تنمية مهارات التواصل اللفظي ("لي... أنا... خلفك...") والغير لفظي أثناء اللعب.
- تعزيز القدرة على إعطاء واستقبال المعلومات بسرعة.
- تنمية احترام الآخر
- احترام اختلاف مستويات الزملاء وتقبل قدراتهم.
- تشجيع السلوكيات الداعمة مثل المساندة والتشجيع.
- تحمل المسؤولية داخل الفريق
- أداء الدور المسند للمتعلم داخل الفريق بما يخدم المجموعة.
- الالتزام بالمهام الدفاعية والهجومية حسب موقعه.
- تنمية التعاون وحل المشكلات الجماعية
- المشاركة في اتخاذ القرارات الجماعية أثناء اللعب.
- اكتساب القدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة بشكل جماعي.

مراحل تعلم نشاط كرة الطائرة

المرحلة الأساسية (مرحلة تعلم المهارات الأساسية)

1- التعلم الأولي للمهارات الأساسية

- تمرير أعلى (Manchette)
- تمرير من الأعلى (Passe haute)
- استقبال الإرسال
- إرسال (تحت اليد – من فوق الرأس)
- الضرب الساحق المبدئي
- حائط الصد (بشكل مبسط)

2- تصحيح الأخطاء وتقويم الأداء

- اعتماد تمارين جزئية للمهارة.
- استخدام العمل الجماعي والثنائي.

- التركيز على التناسق، الدقة، التوقيت.

3- الربط بين المهارات

- استقبال ثم تمرير.

- تمرير ثم إعداد للهجوم.

- هجوم بعد إعداد.

- انتقال من الدفاع إلى الهجوم والعكس.

4- المرحلة التطبيقية (مرحلة اللعب الموجه)

يتم فيها توظيف المهارات في مواقف لعب حقيقية مبسطة.

تشمل:

- ألعاب مصغرة (2 ضد 2 أو 3 ضد 3).

- تطبيق خطط بسيطة: تمرير – إعداد – هجوم.

- العمل على التمرکز، فتح المساحات، التغطية الدفاعية.

- تطوير التواصل بين اللاعبين داخل اللعب.

5- المرحلة النهائية (مرحلة اللعب الحر والمنافسة)

وهي المرحلة التي يصل فيها المتعلم إلى مستوى قريب من اللعب الحقيقي.

تشمل:

- مباراة كاملة وفق القواعد المبسطة أو الرسمية.

- تطبيق التكتيكات الدفاعية والهجومية.

- تقييم الأداء الفردي والجماعي.

- تعزيز الروح الرياضية والتعاون

واجب منزلي

- حدد الهدف التعليمي و الهدف التعليمي في كرة الطائرة

- ملاحظة:

عدد الحصص = 09 حصص

قم بتصميم بطاقة حصة تعالج فيها أحد الأهداف التعليمية.