

توظيف الوسائل البيداغوجية الحديثة في مادة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي يُعدّ خطوة أساسية للارتقاء من التعلم المهاري البسيط إلى التعلم التحليلي والتكتيكي والتنافسي، حيث يصبح المتعلم أكثر قدرة على الفهم، التحليل، واتخاذ القرار داخل الوضعيات الرياضية المعقدة.

## أولاً: مفهوم الوسائل البيداغوجية الحديثة

هي كل الأدوات والتقنيات الرقمية والحسية والتنظيمية التي يستعملها الأستاذ بهدف:

تحسين التعلم الحركي والتكتيكي

تحليل الأداء الرياضي

تطوير التفكير الخططي

دعم التقويم الموضوعي والدقيق

رفع مستوى التنافسية والتحكم في الأداء

ثانياً: أنواع الوسائل الحديثة في التربية البدنية (الثانوي)

1. الوسائل الرقمية والتكنولوجية

أمثلة:

- تحليل الفيديو البطيء (Slow motion)
- تصوير الأداء الرياضي وإعادة المشاهدة
- العروض التقديمية التكتيكية
- تطبيقات تحليل الأداء (السرعة، المسافة، التمرکز)
- برامج تحليل المباريات

وظائفها:

- تحليل الأخطاء التقنية والتكتيكية
- فهم الخطط الجماعية في الألعاب
- تحسين الأداء الفردي والجماعي
- دعم التقويم الموضوعي

2. الوسائل البصرية والتعليمية

## أمثلة:

- مخططات تكتيكية للألعاب الجماعية (كرة السلة، اليد، الطائرة)
- بطاقات مراحل الأداء الحركي
- فيديوهات تعليمية للمهارات المعقدة
- خرائط تموضع اللاعبين

## وظائفها:

- تطوير الفهم التكتيكي
- توضيح العلاقات داخل الفريق
- دعم التعلم النظري داخل الممارسة

## 3. الوسائل الحسية والحركية المتقدمة

## أمثلة:

- أدوات تدريب السرعة (سلاالم رشاقة، أقماع)
- أجهزة توقيت رقمية
- كرات بأوزان مختلفة
- أدوات مقاومة (أشرطة مطاطية)

## وظائفها:

- تطوير القدرات البدنية المتخصصة
- تحسين التوافق العصبي العضلي
- رفع دقة الأداء الحركي

## 4. اللعب المصغر والتكتيكي (Small Sided Games)

## أمثلة:

- 3 ضد 3 / 4 ضد 4 / 5 ضد 5
- وضعيات لعب هجومية ودفاعية
- مباريات مشروطة (عدد تمريرات، زمن محدد...)

## وظائفها:

- تطوير التفكير التكتيكي
- تحسين اتخاذ القرار

• إدماج المهارات داخل اللعب الحقيقي

## 5. ● الوسائل التنظيمية والرقمية

✈ أمثلة:

- الساعات الرقمية (Chronomètre)
- تطبيقات قياس الأداء
- صافرات إلكترونية
- لوحات تسجيل النتائج

✈ وظيفتها:

- ضبط الزمن بدقة
- تحسين التنظيم داخل الحصة
- دعم التقويم الموضوعي

## 6. ● الوسائل التفاعلية الحديثة

✈ أمثلة:

- السبورة الرقمية التفاعلية
- منصات التعلم الإلكتروني
- QR codes لشرح المهارات
- فيديوهات تحليل المباريات الاحترافية

✈ وظيفتها:

- تعزيز التعلم الذاتي
- ربط الطالب بالمحتوى الرقمي
- دعم التحليل الرياضي الحديث

□ ثالثاً: أهداف توظيف الوسائل الحديثة في الثانوي

✓ تطوير الأداء التقني والتكتيكي العالي

✓ تحسين اتخاذ القرار داخل اللعب

✓تحليل الأداء بشكل علمي

✓رفع مستوى المنافسة

✓دعم التقويم الموضوعي والدقيق

✓تعزيز التعلم الذاتي والمسؤولية

□ رابعاً: كيفية توظيفها داخل الحصة

1. □ مرحلة التمهيد

- عرض فيديو تكتيكي
- تحليل خطة لعب
- شرح عبر مخطط رقمي

2. □ مرحلة التعلم والتطبيق

- ألعاب مصغرة تكتيكية
- استعمال أدوات القياس والتوقيت
- تسجيل الأداء بالفيديو

3. ● مرحلة التقويم

- تحليل فيديو الأداء
- مقارنة بالأداء النموذجي
- استخدام شبكات تقييم دقيقة

III خامساً: مثال تطبيقي (كرة السلة)

⊗ الوسائل المستعملة:

- فيديو تحليل مباراة
- أقماع لتحديد المسارات
- تطبيق قياس السرعة

• تصوير الأداء

#### □ خطوات التعلم:

1. تحليل خطة هجومية عبر فيديو
2. تطبيقها في 3 ضد 3
3. تسجيل الأداء
4. تحليل الأخطاء
5. إعادة التطبيق لتحسين الأداء

#### ✈ سادساً: مميزات توظيف الوسائل الحديثة

✓ تحسين الفهم التكتيكي

✓ رفع مستوى الأداء الرياضي

✓ تعزيز التعلم الذاتي

✓ تطوير التحليل الحركي

✓ تحسين التقويم البيداغوجي

✓ جعل التعلم أكثر واقعية وتنافسية

#### □ △ سابعاً: الصعوبات

- نقص الوسائل الرقمية في بعض المؤسسات
- ضعف التكوين في التكنولوجيا
- كثافة الأقسام
- محدودية الوقت

#### 🎯 خلاصة

توظيف الوسائل البيداغوجية الحديثة في التربية البدنية (الثانوي) يهدف إلى:  
📌 تحويل التعلم من مجرد أداء حركي إلى تحليل، فهم، وتكتيك عالي المستوى  
من خلال دمج:

- التكنولوجيا

- اللعب المصغر التكتيكي
- الوسائل الحسية
- التقويم الرقمي