

رؤية مقترحة لتطبيق منهج مسابقات الميدان والمضمار

بمرحلة التعليم الأساسى فى ضوء أزمة كورونا (Covid19)

د/أشرف صبحي يونس د/ أحمد عبد الباقي علي

مقدمة الدراسة

التعليم هو الركيزة الأساسية التى تستند عليها الدول فى مواجهة التحديات والتغلب عليها وتسعى الأنظمة التعليمية إلى تطوير مناهجها وتقديم الرؤى العلمية كأساس نحو قيادة المجتمع إلى واقع أفضل.

ولقد أدى إنتشار فيروس كورونا Covid19 إلى التأثير على حياة البشر فى جميع أنحاء العالم بما فيها المؤسسات التعليمية والتي تأثرت تأثرا بالغاً إنعكس على خطوات سير العملية التعليمية مما تطلب إعادة النظر فى أدوار المعلمين والمتعلمين وطرق تقديم المحتوى ونظم التقويم.

وفى ضوء توجيهات منظمة الصحة العالمية قامت جمهورية مصر العربية بالإعلان الرسمى فى الرابع عشر من مارس ٢٠٢٠ عن تعليق الدراسة بالمدارس والجامعات للحد من إنتشار فيروس كورونا Covid19 مما دعا وزارة التربية والتعليم إلى التفعيل الفورى لمنظومة التعليم عن بعد من خلال إعداد مقررات إلكترونية فى معظم التخصصات (المقررات) والتي ليس من بينها مناهج التربية الرياضية.

وللحد من الإتصال الإجتماعى لمنع إنتشار فيروس كورونا تطلب ذلك إجراءات عديدة مثل تجنب التدريس والتقويم وجها لوجه وإستخدام منصات التعليم الإلكترونى والتي تتيح التفاعل بين المعلمين والمتعلمين (١٩).

ولهذا فقد إستجابت المدارس لإغلاق المبانى المدرسية وقامت بجهود كبيرة لسد الفجوة بين المنزل والمدرسة والتخفيف من آثار الإغلاق من خلال تنفيذ برامج التعليم عن بعد والتي تختلف جودة هذه البرامج بين المؤسسات التعليمية تبعاً لإمكانات المدارس وطرق تقديمها لتقنيات متنوعة للتعليم عن بعد (١٥).

كما أنه من خلال أزمة Covid19 يجب أن تعمل المناهج والبرامج التعليمية بشكل مرن وملائم فى ظل قيود التباعد الإجتماعى مثل حظر التفاعلات وجها لوجه

وذلك حتى يتمكن الطلاب من الإستمرار فى التقدم نحو تحقيق أهدافهم التعليمية (١٢).

وفى ظل قلة فرص الممارسة البدنية فى الهواء الطلق والملاعب المفتوحة فمن الأفضل أن يظل التلاميذ نشطين بدنيا داخل المنزل بإستخدام مجموعة من التطبيقات العملية للتمرينات والألعاب المختلفة داخل المنزل(٢٣).

كما تشير البحوث المتعلقة بالتعليم فى حالات الطوارئ إلى أن إستمرار العملية التعليمية يمكن أن يكون عاملا وقائيا يساعد المتعلمين على التعامل مع الضغوط والتحديات كما أوصت بعض الهيئات التعليمية الأمريكية بتفعيل نماذج لأنشطة التعلم متضمنة ممارسة أنشطة وتمرينات بدنية وذلك من خلال جداول وإرشادات لتنفيذ خطط يومية لمناهج التربية البدنية فى المنزل(٣٦).

ونظرا لأن التباعد الإجتماعى أصبح القاعدة الجديدة فى الفصل الدراسى فإن الألعاب والأنشطة البدنية التى إعتاد عليها المعلمون والتلاميذ لم تعد مناسبة حيث يجب مراعاة أن تكون هناك مسافات بين المتعلمين أثناء الممارسة (٣٧).

بينما نتصور العودة للمدرسة هناك شئ واحد مؤكدا أن هذا العام سيكون مختلفا حتى لو كان لدى المدارس تعلم داخل الفصل الدراسى فإن التباعد الإجتماعى سيكون مهما وهذا يطرح تساؤلات حول أشكال الممارسة الملائمة التى تكون عليها مناهج التربية البدنية فى ظل التباعد الإجتماعى (٣٤).

فالتربية الرياضية مادة أساسية بالمدارس المصرية وفقا لخطة الدولة الإستراتيجية لرؤية ٢٠٣٠ كما أن مسابقات الميدان والمضمار أحد الأنشطة الفردية الرئيسية المدرجة بمنهج التربية الرياضية بمرحلة التعليم الأساسى (٣).

وتعد مسابقات الميدان والمضمار جزء هام ورئيسى فى برامج التربية البدنية والرياضة كما أنها تتيح للمتعلمين الفرص فى تجربة تحديات متنوعة خلال تقديم وحدات المنهج لتقابل إحتياجاتهم المختلفة وقدرتهم على النجاح (٣٤ : ٤٤٥)

ويجب أن تعمل مسابقات الميدان والمضمار على إتاحة الفرصة لتجربة تحديات حركية فى جو من التلقائية والإستمتاع وهذا يتطلب تعديل النماذج الحركية التقليدية فى مسابقات مثل الرمى والوثب والعدو(١ : ٦).

لذا سيشكل تطوير المنهج أثناء أزمة Covid19 تحديا كبيرا للأنظمة التعليمية فى ظل التعلم الرقوى والتعلم غير الرقوى مما يشجع قادة التعليم على تقديم المدارس

خطا دراسية مبسطة للمتعلمين وتوفير خبرات تعليمية تلائم حياة التلاميذ وإهتماماتهم فى المنزل (٣٦).

قد لايعرف الكثير عن مستوى مشاركة التلاميذ فى النشاط البدنى خلال Covid19 و من الصعب أيضا وجود تصورا واضحا لكيفية ممارسة وتطوير المهارات الحركية للتلاميذ بالرغم ماتقدمة بعض مواقع التواصل الإجتماعى من برامج وأنشطة بدنية لكنها لاتخضع لمعايير جودة كافية بحيث يتمكن التلاميذ من أن يكون لديهم وعيا وفهما لما يتم تقديمه (١٥).

ومن المرجح أن يؤثر هذا الوباء على الصحة الجسدية للتلاميذ ، لذا فمن الضرورى بناء أنشطة بدنية وألعاب تعمل على زيادة معدل الحركة والنشاط والبحث عن إستراتيجيات فعالة لتحقيق ذلك فى المنزل لتجنب التأثيرات الضارة على الصحة العامة للتلاميذ (٢٣).

وفى ظل ماقد يطرأ على المتعلمين من تغيب أو عدم إنتظام الحضور أو العزل المنزلى أو تفاقم أزمة Covid19 أوتى غيرها من الأمراض والتحديات فلا بد أن يفعل دور التربية الرياضية عن بعد ليست بإعتبارها مادة دراسية فقط بل لأنها محور يدور حولة العناية بالصحة العامة للتلاميذ فى ظل محدودية الحركة وضرورة إتباع إجراءات وقائية محددة.

ولهذا يجب أن تعمل مقترحات المناهج الجديدة فى التربية البدنية والرياضة على تشجيع ودعم الأساليب المبتكرة فى التعلم وأن تكون مصدر دعم حقيقى للتلاميذ من خلال إستخدام التكنولوجيا بشكل فعال فى العملية التعليمية وجعل المتعلمين يشاركون بأنشطة بدنية مدى الحياة (٢٨ : ١٤٧، ١٤٨)

مشكلة الدراسة

يرى (Laker, A. ٢٠٠٣) أنه فى العصر الرقى يمكن تقديم التربية البدنية فى المنزل من خلال تصميم المعلمين لبرامج تربية بدنية تقدم للتلاميذ عبر الإنترنت متضمنة صور ورسوم توضيحية وإعطاء التمارين لممارستها بشكل سليم (٢٧): (١٤٤).

كما تؤكد منظمة الصحة العالمية بضرورة إتباع تدابير وقائية لإعادة فتح المدارس مثل الحرص على نظافة الأيدي بشكل متكرر وتبادل التحيية دون تلامس والتنظيف المستمر للبيئة المدرسية يوميا كأدوات اللعب وغيرها من الأدوات التعليمية التي يستخدمها التلاميذ والحد من مخاطر التعرض للإحتكاك البدني المباشر في صفوف التربية البدنية من خلال الأوجه المتعددة لممارسة الأنشطة الرياضية في الملاعب أو صالات اللعب وضرورة الحفاظ على التباعد الجسدي لمسافة لا تقل عن متر واحد وهو ما يطرح تساؤلات حول كيفية تعديل أنشطة اللعب ومناقشة كيفية التعامل مع دروس التربية البدنية والأنشطة الرياضية وذلك لضمان توفير التدابير الوقائية(٨).

وتشير (Nikki Katz 2020) أن هناك ميل لأن يكون أداء الأنشطة البدنية والألعاب من خلال الرياضات الفردية ألتتم بشكل فردي في ظل تباعد إجتماعي آمن لايسمح بمشاركة التلاميذ لنفس أدوات الممارسة (٣٤).

وفي ضوء ماتشير إلية البحوث والدراسات (٩)(٢٦) (٢٩) (٣١) (٣٦) وما تؤكد منظمة الصحة العالمية (٨) على أهمية مواصلة تفعيل التعليم عن بعد والإستفادة منه في أداء العديد من مهام التعلم داخل المنزل والتي من بينها ممارسة أنشطة بدنية منزلية مع ضمان توفير المتابعة والدعم لهم.

ويسعى الباحثان إلى تقديم مقترحا لوزارة التربية والتعليم يشمل بناء أنشطة موجهة ومنظمة تعيد صياغة المنهج المدرسي ليتم أدائها (بالمنزل أو الملعب) من خلال وحدات تعليمية مقترحة لمسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسي تتضمن مجموعة من المهارات الحركية وألعاب التباعد الإجتماعي التي يستطيع المتعلم أدائها في مساحات محدودة نسبيا في المنزل من خلال تفعيل التعلم عن بعد كأحد الحلول الهامة للتعامل مع الأزمة العالمية لوباء Covid19 أو يتم تنفيذها من خلال الملعب مع مراعاة مسافات تباعد كافية لتتيح فرص ممارسة متنوعة وبما يتلائم مع الخصائص والقدرات المتنوعة للمتعلمين كمحاولة جادة للحفاظ على مجتمعا وصحة أبنائنا وتصديا لهذا الوباء.

هدف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى :_ تقديم وحدات تعليمية مقترحة لمنهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسي (المرحلة الإبتدائية – المرحلة الإعدادية) في ظل أزمة Covid 19 .

تساؤلات الدراسة

١. ما الأهداف العامة لوحدات منهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسى(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة Covid 19 .
٢. ما محتوى الوحدات التعليمية لمنهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسى(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة Covid 19 .
٣. ما الإرشادات الملائمة (طرق التقديم – إستراتيجيات التدريس – التقويم) لجوانب تطبيق وحدات منهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسى(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة Covid 19 .

الأهمية التطبيقية للدراسة

- ١- تشكل هذه الدراسة خطوة هامة نحو دعم التوجه التربوى الحالى حول تفعيل نظم التعلم عن بعد وتطبيقاته فى المجال التعليمى والإستفادة منها فى مجال التربية الرياضية بالمدارس فى ظل مواجهة أزمة Covid 19 .
- ٢- تقديم وحدات تعليمية لمنهج مسابقات الميدان والمضمار (دروس) تتضمن ألعاب للتباعد الإجتماعى ومهارات حركية تلائم القدرات المتنوعة للتلاميذ تحقق إجراءات أمان كافية لتتم ممارستها فى المنزل أو الملعب.
- ٣- الحفاظ على مستوى اللياقة البدنية والصحية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسى فى ظل مواجهة أزمة Covid 19.
- ٤- توفر الدراسة الحالية معلومات للقائمين على عملية تخطيط وتنفيذ مناهج التربية الرياضية حول دورها الفعال فى مواجهة التحديات والتغلب عليها .

مصطلحات الدراسة

منهج مسابقات الميدان والمضمار(فى ضوء أزمة Covid19)

تصميم / تصور تطبيقي لوحدات تعليمية تتضمن مجموعة من الألعاب والمهارات الحركية المعدلة والموجهة نحو تحقيق مستويات الممارسة والمنافسة الفردية فى ضوء التدرج الحركى والمهارى لمسابقات الميدان والمضمار. (تعريف إجرائى)

إجراءات الدراسة :-

المنهج المستخدم : المنهج الوصفى

عينة الدراسة : تمثل عينة الدراسة أعضاء هيئة التدريس بقسمى الرياضة المدرسية وتدريب مسابقات الميدان والمضمار وعددهم (١١) للعام الجامعى ٢٠١٩ / ٢٠٢٠ .

أدوات الدراسة : قام الباحثان بتصميم الأدوات التالية :-

١- إستمارة تحديد الأهداف العامة لوحدات منهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسى(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة Covid 19.

٢- محتوى الوحدات التعليمية (دروس تطبيقية) لمنهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسى(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة Covid 19 .

٣- لوحة إرشادية تشمل (طرق التقديم – إستراتيجيات التدريس – نظم التغذية الراجعة والتقويم) تطبيق وحدات منهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسى(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة Covid 19 .

٤- بطاقة ملاحظة ولى الأمر حول تقييم مشاركة التلميذ فى الدروس داخل المنزل.

الخطوات التنفيذية للدراسة :-

فى ضوء أدوات وأهداف الدراسة قام الباحثان بإتباع الخطوات التنفيذية التالية :-

- الإطلاع على المراجع والدراسات أرقام (١) (٢) (٥) (٧) (٨) (٩) (١٠) (١٤) (١٥) (١٩) (٢٢) (٢٣) (٢٤) (٢٦) (٢٩) (٣٠) (٣١) (٣٢) (٣٥) (٣٨).

- تحليل محتوى مسابقات الميدان والمضمار بمناهج التربية الرياضية بمرحلة التعليم الأساسى للعام ٢٠١٩ / ٢٠٢٠ والإتحاد الدولى لتعليم ألعاب القوى للأطفال.

أولاً - تحديد الأهداف العامة لوحدات منهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسي(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة Covid 19 حيث تم عرض الأهداف العامة لوحدات المنهج على عدد (١١) من الخبراء والمحكمين فى مجال المناهج وطرق التدريس ومسابقات الميدان والمضمار مرفق (٥) وذلك بغرض التعرف على :-

- ملائمة الأهداف لموضوع الدراسة .
- كفاية وشمول وإرتباط وموضوعية الأهداف مع هدف البحث وقد ارتضى الباحثان نسبة اتفاق ٨٠ % حيث تعديل صياغة الهدف رقم (١٣) لتصبح الأهداف فى صورتها النهائية مرفق (١) .

ثانياً - تحديد محتوى الوحدات التعليمية لمنهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسي(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة Covid 19 .

تم عرض محتوى محتوى الوحدات التعليمية للمنهج على عدد (١١) من الخبراء والمحكمين فى مجال المناهج وطرق التدريس ومسابقات الميدان والمضمار مرفق (٥) وذلك بغرض التعرف على :-

- تحديد المهارات الحركية الملائمة لبيئة التعلم (المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية)
- تنظيم الوحدات وتصميم الدروس من حيث المحاور الرئيسية (الأهداف- ألعاب التبعاد الإجتماعى- بدائل وتعديلات الأداء) وتم التوصل إلى محتوى الوحدات التعليمية من خلال الآتى :-
- مسابقات الميدان والمضمار للمرحلة الابتدائية (الفورميولا ١ – الوثب الطويل) مرفق (٢ أ)
- مسابقات الميدان والمضمار للمرحلة الإعدادية(دفع الجلة – سباق الحواجز) مرفق (٢ ب)

ثالثاً - تحديد طرق التقديم – إستراتيجيات التدريس – التقويم (لجوانب تطبيق وحدات منهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسي(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة Covid 19 .

تم العرض على عدد (١١) من الخبراء والمحكمين فى مجال المناهج وطرق التدريس ومسابقات الميدان والمضمار مرفق (٥) بغرض التعرف على :-

- مدى ملائمتها لجوانب تطبيق وحدات مسابقات الميدان والمضمار
- وقد تم إتفاق الخبراء على تصميم لوحة إرشادية تتضمن (طرق التقديم – إستراتيجيات التدريس – التقويم) بصورتها النهائية مرفق (٣) .

رابعا – بطاقة ملاحظة ولى الأمر حول تقييم مشاركة التلميذ فى الدروس (داخل المنزل) .

تم عرضها على عدد (١١) من الخبراء و المحكمين فى مجال المناهج وطرق التدريس ومسابقات الميدان والمضمار مرفق (٥) حيث تتكون من ١٢ (مفردة) وذلك بغرض التعرف على :-

▪ ملائمة المفردات لموضوع الدراسة .

وضوح وارتباط كل عبارة (مفردة) مع هدف الدراسة

- وقد إرتضى الباحثان نسبة اتفاق ٨٠ % حيث حذفت العبارات أرقام (٢) (٣) (٧) وتعديل صياغة العبارة رقم (١٢) ليصبح عبارات بطاقة الملاحظة فى صورتها النهائية مرفق (٤) .

- تم إعداد وحدات منهج مسابقات الميدان والمضمار فى الفترة من ١٢ / ٤ حتى ٢٧ / ٨ / ٢٠٢٠ .

المعالجات الإحصائية

استخدم الباحثان المعالجات الاحصائية الآتية :

- النسبة المئوية
- المتوسط الحسابى
- نسبة الموافقة
- معامل لوش

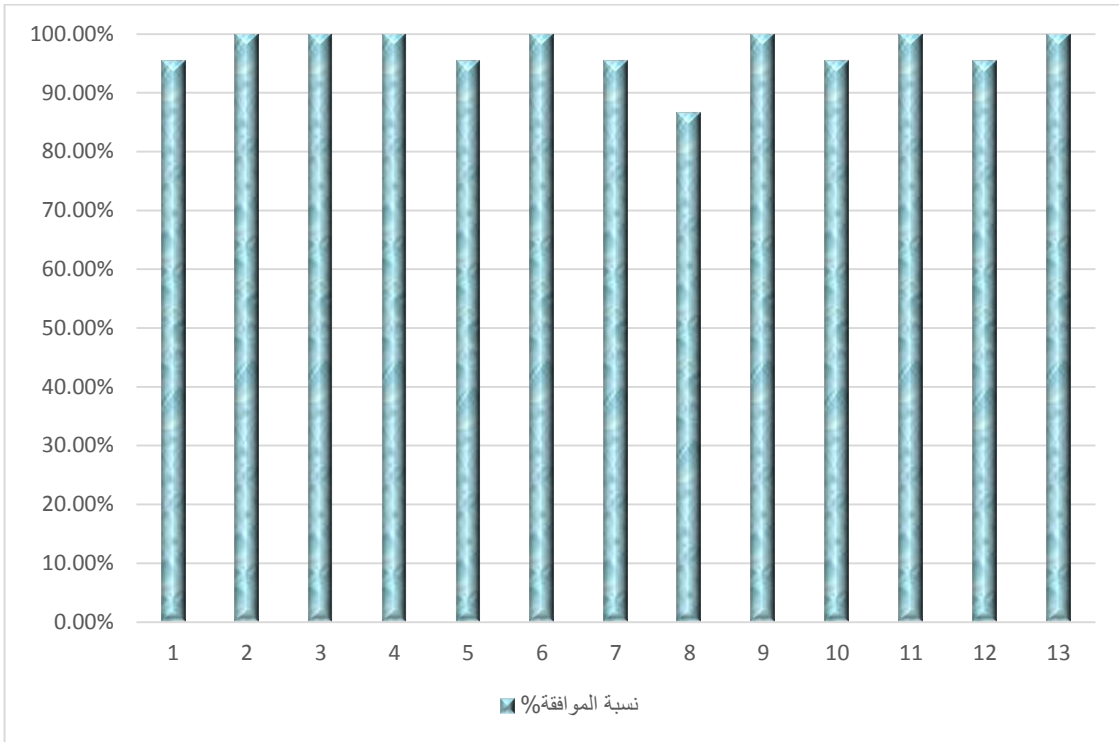
- عرض ومناقشة النتائج

جدول (١) التكرارات والنسب المئوية والمتوسط المرجح ونسبة الموافقة ومعامل لوش للأهداف العامة لوحدات مسابقات الميدان والمضمار (ن = ١١)

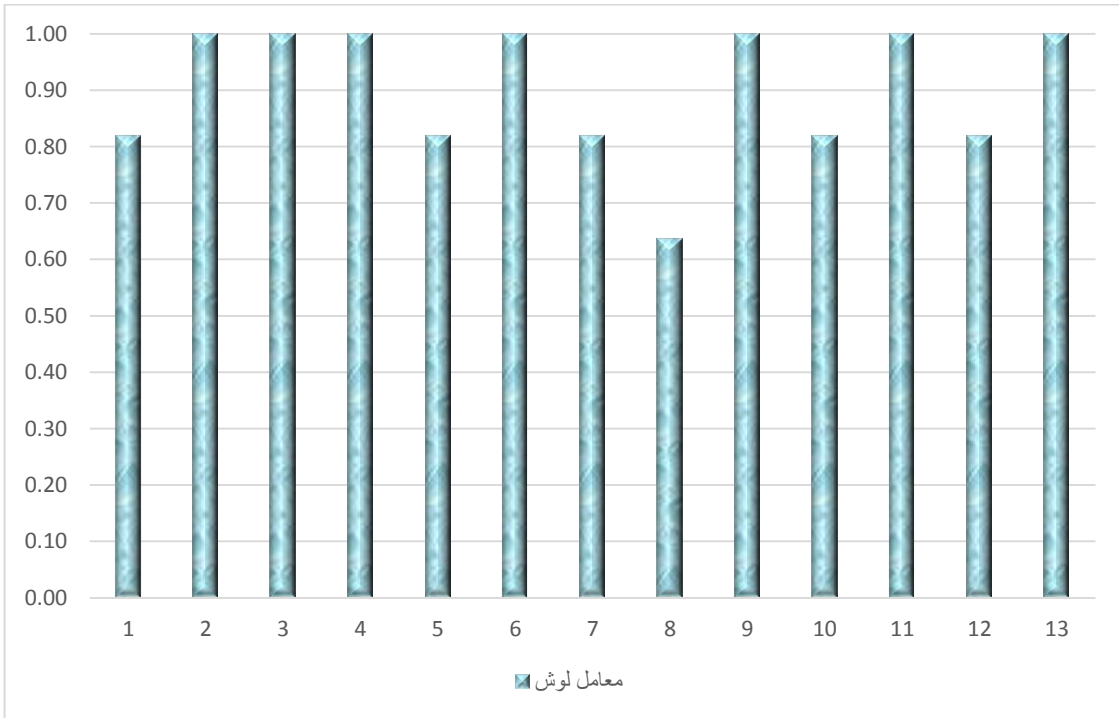
مسلسل العبارة	مناسب	%	الى حد ما	%	غير مناسب	%	المتوسط المرجح	اتجاه الاستجابة	نسبة الموافقة	معامل لوش
١	١٠	%٩٠,٩١	١	%٩,٠٩	٠	%٠,٠٠	٢,٩١	مناسب	%٩٥,٤٥	٠,٨٢
٢	١١	%١٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٣	مناسب	%١٠٠	١
٣	١١	%١٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٣	مناسب	%١٠٠	١
٤	١١	%١٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٣	مناسب	%١٠٠	١
٥	١٠	%٩٠,٩١	١	%٩,٠٩	٠	%٠,٠٠	٢,٩١	مناسب	%٩٥,٤٥	٠,٨٢
٦	١١	%١٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٣	مناسب	%١٠٠	١
٧	١٠	%٩٠,٩١	١	%٩,٠٩	٠	%٠,٠٠	٢,٩١	مناسب	%٩٥,٤٥	٠,٨٢
٨	٩	%٨١,٨٢	١	%٩,٠٩	١	%٩,٠٩	٢,٧٣	مناسب	%٨٦,٣٦	٠,٦٤
٩	١١	%١٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٣	مناسب	%١٠٠	١
١٠	١٠	%٩٠,٩١	١	%٩,٠٩	٠	%٠,٠٠	٢,٩١	مناسب	%٩٥,٤٥	٠,٨٢
١١	١١	%١٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٣	مناسب	%١٠٠	١
١٢	١٠	%٩٠,٩١	١	%٩,٠٩	٠	%٠,٠٠	٢,٩١	مناسب	%٩٥,٤٥	٠,٨٢
١٣	١١	%١٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٣	مناسب	%١٠٠	١

مقياس ليكارت الثلاثي : المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان :- ١,٠٠-١,٦٦ (غير مناسب) ، ١,٦٧-٢,٣٣ (إلى حد ما) ، ٢,٣٤-٣,٠٠ (مناسب) ، معامل لوش المعياري عند عدد المحكمين ١١ = ٠,٥٩

يتضح من جدول (١) والخاص بالتكرارات والنسب المئوية والمتوسط المرجح ونسبة الموافقة ومعامل لوش الأهداف العامة لوحدات مسابقات الميدان والمضمار أنه تراوحت نسبة الموافقة ما بين (٨٦,٣٦% الى ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث نسبة اتفاق بلغت (٨٠%) كما يتضح أن قيم معامل لوش تراوحت ما بين (٠,٦٤ إلى ١,٠٠) وهذه القيم أكبر من قيمة معامل لوش المعياري (٠,٥٩) وهذه القيم معنوية مما يدل على اتفاق عينة الدراسة على الأهداف العامة لوحدات مسابقات الميدان والمضمار.



شكل بياني (١) يوضح نسبة الموافقة على الأهداف العامة لوحدات مسابقات الميدان والمضمار



شكل بياني (٢) يوضح معامل لوش الأهداف العامة لوحدات مسابقات الميدان والمضمار

يتضح من جدول (١) والخاص بالتكرارات والنسب المئوية والمتوسط المرجح ونسبة الموافقة ومعامل لوش أن الأهداف العامة لوحدة مسابقات الميدان والمضمار تراوحت نسبة الموافقة بها ما بين (٨٦,٣٦% الى ١٠٠%) .

حيث بلغت نسبة الموافقة ١٠٠% لعبارات الأهداف أرقام (٢ ، ٣ ، ٤ ، ٦ ، ٩ ، ١١ ، ١٣) حيث تشير عبارة الهدف رقم (٢) إلى الحفاظ على مستوى ملائم من الصحة العامة للتلاميذ حيث يرى الباحثان أن الصحة هي مؤشر العمل والإنتاج وحتى الرفاهية كما أن المشاركة المنتظمة لأنشطة التربية البدنية والرياضة تحقق العديد من الفوائد الصحية للتلاميذ.

وتشير (Defeyter, M. A,et al2020) إلى أن إغلاق المدارس بسبب أزمة Covid-19 سيكون له آثارا كبيرة على التعليم والصحة بالإضافة إلى ذلك تشير الدلائل الأكاديمية بقوة إلى أن التفاوتات الصحية والتعليمية الموجودة مسبقاً سوف تتسع بشكل كبير (١٥) .

وبما أنه لا توجد أولوية في الحياة أعلى من الصحة فإن النشاط البدني المنتظم يقلل من المخاطر السلبية على الصحة كما يعمل على تحسين الصحة العقلية وصحة العظام والمفاصل وتحدث الفوائد الصحية خلال ١٥٠ دقيقة على الأقل في الأسبوع من النشاط البدني المعتدل الشدة كالمشي السريع (٨ : ٢٥ ، ٢٦) .

وتؤكد دراسة (Kunstler, B, et al 2020) أن هناك إنخفاضا في ممارسة النشاط البدني بسبب قيود البقاء في المنزل وتفشي وباء Covid-19 ومن الضروري توفير فرصا لممارسة النشاط البدني لتجنب التأثيرات الصحية السلبية على لياقة القلب والجهاز التنفسي ونسبة الدهون في الجسم (٢٦) .

وتلعب التربية البدنية دورا فعالا في الإسهام في الحفاظ على الصحة وتحسينها وكذلك في تحسين قدرات المتعلمين على مقاومة الأمراض فهي تساعد النشئ في أن يحيا حياة صحية فالطريق إلى الملعب قد يغني عن الطريق للطبيب (٦ : ٢٥ ، ٢٦) .

ويؤكد (Darst, P. W.et al. 2015) أن أنشطة ومحتوى مناهج التربية البدنية تهدف إلى تحسين الصحة وزيادة مستوى نشاط المتعلمين ومن الضروري مراقبة وتقييم برامج التربية البدنية من حيث النشاط البدني والسلوكيات الصحية (١٣ : ٥) .

وتأتى عبارة الهدف رقم (٣) والتي تعنى التخطيط لأداء مسابقات الميدان والمضمار وفق بيئة تعلم معدله. حيث تجدر الإشارة بأن مناهج التربية البدنية تركز

على تطوير بيئة التعلم لتلائم مع مستويات المتعلمين وتوفر الخبرات التي تعزز النجاح وتعمل على تعزيز التنمية البدنية والنفسية (١٣ : ٤٥).

كما ينبغي أن تقدم برامج ودروس مسابقات الميدان والمضمار بالمدرسة لجميع مستويات التلاميذ سواء ذوى المهارة العالية أو ذوى المهارة الأقل وتشمل أيضا التلاميذ ذوى الإحتياجات الخاصة حتى من لديهم مشكلات جسدية كمن يعانون من زيادة فى الوزن يجب تحفيزهم وتشجيعهم على الممارسة كما يجب أن تتضمن أهداف البرامج والدروس السماح للتلاميذ بتطوير قدراتهم الخاصة (٣٥ : ٦٩٩).

ولذلك فقد أصبحت هناك حاجة ملحة لتطوير نماذج جديدة لألعاب ومسابقات الميدان والمضمار لتلبية الإحتياجات التنموية للأطفال كما يعد أحد الأهداف الرئيسية للإتحاد الدولى لألعاب القوى للمرحلة من ٧ إلى ١٥ سنة هو جعل ألعاب القوى أكثر المسابقات الفردية التي تمارس فى المدارس على مستوى العالم (٢ : ٥ ، ٦) .

ويشير الباحثان أن مهارات مسابقات الميدان والمضمار التي تم تحديدها خلال الوحدات التعليمية كمسابقة (الفورميولا ١) حيث يدرجها الإتحاد الدولى لتعليم ألعاب القوى للأطفال للمرحلة السنوية من ٧ إلى ١٢ سنة تتضمن أشكال متنوعة كالجري فى المنحنيات والبدء العالى والربط بين الجرى وتعدية العوائق وهو ما يتوافق مع ما تحتوية مناهج المرحلة الإبتدائية كمسابقة البدء العالى والتطبيقات المتنوعة لأشكال الجرى وتعدية العوائق وهى تؤدى فى مساحات كبيرة نسبيا حيث إعتد الباحثان على تعديل أشكال الممارسة لهذه المسابقة من خلال بناء تدريبات يتم أدائها فى مساحة محدودة لمسافة من ٣ إلى ٤م داخل المنزل مع إستخدام أدوات بديلة وإتساع فرص الممارسة لتشمل قدرات متنوعة مع وضع بدائل وتعديلات تمثلت فى زيادة المسافة حسب المساحة المتاحة بالمنزل وإضافة عوائق حسب قدرات التلاميذ، كما تم إعداد مهارة الوثب الطويل من خلال بناء تدريبات متدرجة ومتنوعة ليتم أدائها فى المنزل فى مساحة محددة حيث يصل أداء المهارة بشكل كامل من ٣ إلى ٥ خطوات من الجرى الخفيف بإستخدام أداة لرفع قوس الطيران مع تجهيز منطقة للهبوط بطول ٢م خلف الأداة مع توافر عوامل الأمن والسلامة بإستخدام أدوات بديلة كالوسائد والمراتب وهو ما يتضح بالتفصيل فى محتوى الوحدات بمنهج المرحلة الإبتدائية مرفق (١٢)، كما تم تحديد مسابقة دفع الجلة حيث تشتمل على تدريبات الإحساس بالجلة مع التدرج للوصول للأداء الفنى الصحيح لمسابقة دفع الجلة من الثبات ويتم أدائها داخل المنزل بإستخدام جلة بديلة (فوطه بديلة) مع توافر شبكة رمى بديلة (ملاءة مثبتة على حائط على بعد ٢٠سم)

بديلة لشبكة الرمي وهو ما يضمن عوامل الأمن والسلامة كأحد الإعتبارات الرئيسية فى مسابقات الرمي، بينما تم إعداد مسابقة الحواجز ليتم أدائها فى مسافة من ٣ إلى ٥ خطوات مع التركيز على الأداء الفنى الصحيح بإستخدام أدوات بديلة كالكراتين وزجاجات المياه متنوعة الإرتفاع حسب قدرات التلاميذ لتتيح إكتساب التوافق الحركى الصحيح لأداء المهارة وهو ما يتضح بالتفصيل فى محتوى الوحدات بمنهج المرحلة الإعدادية مرفق (٢ ب).

وتتمثل عبارة الهدف رقم (٤) فى إكساب مهارات مسابقات الميدان والمضمار وفق قواعد التباعد الإجتماعى. فلا بد أن يتم إقتراح أنشطة تعزز المهارات الحركية وتنمى الجوانب الإنفعالية للتلاميذ داخل المنزل فى أوقات الأزمات لمواجهة وباء Covid-19 (١٧).

ويؤكد الباحثان أن مسابقات الميدان والمضمار أحد الأنشطة الفردية التى يعتمد أدائها الحركى على مستوى وقدرات المتعلم الشخصية ولذا فقد كان التركيز على تحديد تلك المهارات (الفورميولا ١- الوثب الطويل – دفع الجلة – الحواجز) من بين مسابقات الميدان والمضمار المتنوعة وذلك لإمكانية أدائها فى مساحة محدودة بالمنزل مع توفر فرص تعلم متنوعة تشتمل على بدائل وتعديلات لتلائم القدرات المختلفة للتلاميذ كما أنها تحقق فرص التباعد الجسدى أثناء الممارسة فى بيئة التعلم بالمدرسة (الملعب) وهى ما تتميز به عن العديد من المهارات التى تقل فيها فرص التباعد الجسدى.

لذلك تحتاج المدارس إلى تقديم تعديلات بشأن مناهج التربية البدنية وطرق تنفيذ الأنشطة بإتباع إجراءات وقائية للتباعد الإجتماعى سواء من خلال التدريس لمجموعات صغيرة من التلاميذ والحفاظ على مسافات مناسبة بينهم وإضفاء الطابع الفردى على ممارسة الأنشطة وإتباع وسائل أمان كافية فى إستخدام أدوات التعلم لضمان بيئة تعلم آمنة (١٥).

ولهذا فمن الضرورى أن لا تتوقف التنمية المتكاملة البدنية والنفسية والعقلية والإجتماعية للتلاميذ أثناء تواجدهم فى المنزل كما ينبغى تشجيعهم على مواصلة الأداء والتعلم (٩).

وتتضمن عبارة الهدف رقم (٦) تحقيق ممارسة الأنشطة البدنية والمهارات الحركية فى بيئة رياضية آمنة (المنزل – الملعب). حيث تشير منظمة الصحة العالمية أنه فى إطار دعم البيئة المدرسية يجب أن يراعى سن وخبرات التلاميذ

فالتلاميذ الأصغر سنا أشد صعوبة فى التقيد بالتباعد الجسدى لمسافة متر واحد على الأقل كما يؤخذ فى الإعتبار هل المدارس مهياة لتكييف حجات الدراسة وفق الإجراءات والتدابير الوقائية وكيف سيتم تعديل أنشطة اللعب لتحقيق ذلك ومراعاة أن يكون المعلمون والمتعلمون وأولياء الأمور جاهزون للمشاركة فى إستراتيجيات التعليم عن بعد(٨) .

ويرى الباحثان أنه من الطبيعى وجود حرص أوخوف لدى أولياء الأمور على صحة أطفالهم فى ظل وباء كورونا وهو ما يستوجب إعادة النظر فى الأنشطة والمهارات التى تقدم للتلاميذ مع عدم حرمانهم من فرص الممارسة البدنية وذلك بإعداد بيئة تعلم آمنة سواء فى المنزل أو الملعب.

ولذلك يجب إعداد بيئة تعلم مبتكرة فى المنزل لممارسة التربية البدنية تتضمن عوامل الأمن والسلامة والتحفيز والإستفادة من جميع الأدوات الموجودة بالمنزل على سبيل المثال الوسائد والكراسي وألعاب الأطفال والمكانس، الكرات ، المراتب ، الألواح وذلك للتكيف مع التغيرات الاجتماعية المترتبة على وباء Covid19 (٢١).

حيث لا تتطلب جميع الألعاب والرياضات مشاركة أدوات اللعب كما أنه لم يعد ممكنا إستخدام التلاميذ لنفس الأدوات أثناء ممارسة الأنشطة مع مراعاة أن تكون المسافات بينهم مترين على الأقل (٣٧) .

كما أنه بالرغم من إحتياج التلاميذ للحركة والنشاط وممارسة التربية البدنية إلا أننا لانستطيع تنمية المهارات الحركية أو اللياقة البدنية من خلال مشاركة التلاميذ لنفس الأدوات فيستطيع التلاميذ أداء ذلك بسهولة فى المنزل أو فى الملعب من خلال أدواتهم الخاصة (٣٤).

وتشير عبارة الهدف رقم (٩) إلى تفعيل نظام التعليم عن بعد وتطبيقاته فى مجال التربية الرياضية حيث تحول محو الأمية الرقمية من ممارسة إختيارية إلى ممارسة إلزامية ويتطلب ذلك التنسيق والشراكة بين الجامعات والمدارس والأسر لدعم التعلم والإستفادة من خبرات أعضاء هيئة التدريس والتواصل مع المعلمين بالمدارس والأسر سواء من خلال الدعم الرقمية أو إنشاء منتديات للرد على الأسئلة وحل المشكلات والدعم النفسى والاجتماعى وللإستفادة من المنصات الرقمية التفاعلية مثل Microsoft Teams، Zoom، Skype، GoogleMeet (٢٤) .

ويرى (Laker, A. ٢٠٠٣) أنه يمكن تفعيل التعلم الرقمي وأنظمة التعليم عن بعد في مجال التربية الرياضية كحضور الدورات عبر الإنترنت سواء من المدرسة أو المنزل للمساهمة في تنمية المعلمين مهنيًا وتحقيق أقصى استفادة من التقنيات الرقمية (٢٧ : ١٤٥).

ويعد أحد الأهداف الرئيسية لإستخدام التكنولوجيا في مجال التربية الرياضية مساعدة التلاميذ على تطور معرفتهم وفهمهم لما يؤدون، وهذا يتوقف على مدى إختيار الأداة التكنولوجية وسهولة إستخدامها لكل من المعلم والتلميذ وعلى مدى ملائمتها للموقف التعليمي ولهذا فإن المدارس تشجع التلاميذ على القيام بممارسة التمرينات البدنية من خلال أجهزة الكمبيوتر (٢٨ : ٩٨).

فالتكنولوجيا لها دور رئيسي في العملية التعليمية في ظل وباء Covid-19 وجزء لا يتجزأ من الثقافة المدرسية وأساس في عملية بناء مناهج التربية البدنية وتقديم المحتوى بإستخدام التعلم عبر الإنترنت / المدمج وذلك لتفعيل التعلم عن بعد (٢٩).

كما أن المناهج النموذجية تؤكد على التعلم غير المتزامن حيث قد يكون التنسيق لأوقات الفصل المتزامنة غير ممكنة لجميع التلاميذ (٣٦).

ويرى (Lavin, J. ٢٠٠٨) أنه في مجال تدريس التربية البدنية تستخدم التكنولوجيا أقراص الفيديو الرقمية التفاعلية من خلال تقديم نماذج فنية لتنمية المهارات بإستخدام مقاطع فيديو مسجلة سواء لأبطال مميزين أو تلاميذ المدارس المميزين مع توضيح جوانب الأداء الفني الصحيح لتلك المهارات وتقديم ذلك في أنشطة مثل ألعاب القوى وكرة الريشة والتمرينات المتعلقة بالصحة (٢٨ : ١٠١).

ولذلك يعد التعليم في المنزل خيارًا قابلاً للتطبيق حيث يمكن تقديم أنشطة بدنية منزلية (٢٧ : ١٤١).

وتأتي عبارة الهدف رقم (١١) لتؤكد ضرورة تطوير قدرات المعلمين / التلاميذ / أولياء الأمور في تنفيذ مناهج التربية الرياضية عن بعد. فمن خلال أزمة Covid-19 يجب أن يتم التفكير في البحث عن طرق مبتكرة لتلبية إحتياجات المتعلمين مع الأخذ بالإعتبار القضايا الأخلاقية للتعامل مع التعليم عن بعد (١٢).

حيث إنتقل الفصل الدراسي فجأة من المدرسة إلى المنزل وتم تنفيذ التعلم عن بعد على نطاق واسع وبسرعة مما أدى إلى ظهور تحديات جديدة وهائلة على المعلمين والطلاب وأولياء الأمور (٩).

فيجب على المدارس أن تراعى أن التلاميذ الصغار سيحتاجون إلى إشراف مباشر للمشاركة في التعليم عن بعد كما أن العديد من العائلات لن تكون قادرة على الخيارات عبر الإنترنت لذا تحتاج المدارس إلى إيجاد بدائل غير رقمية باستخدام التلفزيون أو الحزم المطبوعة أو غيرها من الأدوات حيث سيكون لدى التلاميذ مستويات مختلفة من الإشراف الأسرى لدعم التعلم عن بعد (٣٦).

وفي خضم وباء Covid19 يجب ألا يتوقع قادة التعليم والمعلمون أن يكون التعلم طبيعياً في خلال أزمة Covid19 ولهذا ينبغي أن يطور المعلمون مهاراتهم كما أن أولياء الأمور لهم دوراً رئيسياً في دعم عملية التعلم ويكونوا مسؤولون عن تعلم التلاميذ (٩).

لذلك ستكون مشاركة أولياء الأمور أكثر أهمية من أي وقت مضى ويتطلب ذلك التأكد من أن الآباء يحصلون على الدعم المناسب وهو أمر مفيد ولكن ليس إلزامياً نظراً للتحديات التي تواجهها العديد من الأسر خلال هذا الوقت (٣٢).

ويرى الباحثان أن أداء التلاميذ لدروس التربية الرياضية في المنزل يفرض على أولياء الأمور مسؤوليات جديدة من حيث متابعة الأداء الحركي للدروس في المنزل والقيام ببعض المهام مثل تصوير الأداء الحركي وتجهيز بيئة التعلم والتأكد من توافر عوامل الأمن والسلامة فضلاً عن دورة في تقييم مستوى مشاركة التلميذ في تنفيذ وحدات المنهج وهو ما يتضح في مرفق (٣) و(٤).

ويؤكد (Darst, P. W. et al. ٢٠١٥) أن الآباء لديهم تأثيراً قوياً على إهتمامات وعادات ممارسة التلاميذ للأنشطة البدنية المدرسية (١٣ : ٤٦).

فمن المرجح أن ينمو تأثير استخدام التكنولوجيا في تدريس التربية البدنية بشكل كبير وذلك في ضوء التطورات التكنولوجية المتلاحقة مما يفرض على معلمى التربية البدنية الاستفادة من تلك التقنيات الحديثة والتي تعطي الفرصة لتطوير مهاراتهم والبحث عن طرق تدريس جديدة ومبتكرة مع التحرك نحو التعلم الشخصي المستقل وتمكين أكبر للتلاميذ لتعليم أنفسهم بأنفسهم (٢٨ : ١٠٦).

ويحتاج معلمى المدارس إلى الدعم والتدريب في كيفية تقديم المحتوى عبر الإنترنت (٣٢).

ولذلك فمن الضروري وضع إطار عمل بين المعلمين والتلاميذ وبالتنسيق مع أولياء الأمور ويتمثل ذلك في وضع إطار لدعم التعلم يلائم إحتياجات التلاميذ

ويشتمل على ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية التي يمكن لأولياء الأمور تنفيذها مع أبنائهم وذلك من خلال تفعيل التعلم عن بعد (٢٩).

ويؤكد (Reich, J., et. Al ٢٠٢٠) أن هناك إرشادات وتوصيات عند عقد مؤتمرات الفيديو بين المعلمين والطلاب فبالرغم من أن لديها إمكانات هائلة للحفاظ على الإتصال الإجتماعى وإستمرار العملية التعليمية خلال التوقف أو أثناء الحجر الصحى ولكن لها مخاوف وتحتاج إلى مجموعة من الضوابط للحد من الإتصال غير الملائم بين المعلم والطالب وتشغيل كاميرات الفيديو فى الأماكن الخاصة حيث يرى المعلمون التلاميذ فى منازلهم فالمدارس بحاجة إلى متابعة وتوفير التوجيه المستمر من خلال وضع الضوابط والتعليمات بشأن هذه الأمور (٣٦). وفى ضوء ذلك يؤكد الباحثان أن تصوير الأداء الحركى داخل المنزل يركز على مكان الأداء فقط ويراعى أن يكون دور ولى الأمر هو تصوير الأداء المهارى للتلميذ مع الإلتزام الكامل بالضوابط التى تضعها المدرسة لتنظيم بيئة تعلم آمنة ووفق القيم الحميدة التى يؤمن بها المجتمع ويحافظ عليها.

وتتضمن عبارة الهدف رقم (١٣) تكوين إتجاهات إيجابية نحو أهمية ودور مناهج التربية الرياضية فى مواجهة التحديات (Covid 19). حيث تشير الأبحاث المتعلقة بالتعليم فى حالات الطوارئ إلى أن إستمرار الدراسة والتعلم يمكن أن يكون عاملا وقائيا يساعد التلاميذ على التعامل مع الضغوط والتحديات (٣٦) .

فالتعلم هو نشاط إجتماعى وخلال فترة التعليم والتعلم عن بعد ينقطع أو يتأثر هذا السياق الإجتماعى ويظهر ذلك بوضوح خلال أزمة Covid19 لذلك يحتاج التلاميذ إلى فرص التكامل والإندماج فى أنشطة إيجابية لمعالجة جميع جوانب التنمية البدنية والنفسية والعقلية والإجتماعية (٩) .

كما أن التربية البدنية جزء لا يتجزأ من اليوم الدراسى أو الروتين اليومى ويمكن تنظيم ذلك من خلال أوقات مختلفة للممارسة مثل الجرى الصباحى قبل بدء المدرسة أو ممارسة أنشطة غير تنافسية أثناء فترات الراحة بالمدرسة (١٧ : ٤٥) .

وتؤكد أدلة كثيرة على الفوائد المتعددة الأوجه للنشاط البدني للأطفال كالنمو النفسى والإنفعالى وكذلك تحسين الإدراك والإثارة مما ينعكس بشكل إيجابى على الأداء الأكاديمى (١١) .

ويشير (Pangrazi, R.,et al 2016) أن التدريس من خلال الحركة مهم فى الفصل الدراسى العادى لمعلمى المواد الأخرى حيث يمكن أن يوفر دمج الحركة فى التدريس وسيلة أخرى للتعلم وزيادة مستوى النشاط (٣٥ : ٣٠٠).

كما أن هناك ارتباطات إيجابية بين الأنشطة البدنية والإدراك وبنية الدماغ ووظائفه مما ينعكس على الإنجاز الأكاديمي(١٦).

ولذلك يجب أن تركز مناهج التربية البدنية على تطوير بيئة التعلم لتناسب مع مستويات المتعلمين وتوفير الخبرات التى تعزز النجاح وتعمل على تعزيز التنمية البدنية والنفسية كما أنها تقدم مساهمات فريدة فى إجمالى المناهج الدراسية مثل تنمية المهارات الحركية واللياقة البدنية والحفاظ عليها والعيش بأسلوب صحى فالطلاب الأصحاء قادرون على تحمل أعباء قوية (١٣ : ٣٥، ٤٥).

فمن المتوقع أن تكون المدارس قادرة فقط على استيعاب ما يقرب من ٣٠ ٪ من مجموعة الطلاب الكاملة ، على الرغم من أننا نقر بأنه سيكون هناك تباين كبير بين المدارس اعتمادًا على الفصل الدراسي (١٥).

كما أن التربية البدنية هى المكون الوحيد فى معظم البرامج التعليمية الذى يعالج جميع مجالات التعلم المعرفية والبدنية والمهارية والنفسية (٣٥ : ٢)

ويرى الباحثان أن القيود التى أحدثها وباء Covid19 تعيد ترتيب مناهج التربية الرياضية فى السلم التعليمى من حيث الأهمية والتأثير على الصحة والتعليم وذلك بالنظر إلى لجوء التلاميذ إلى تفريغ طاقاتهم البدنية من خلال اللعب وأنشطة اللياقة البدنية بسبب قيود الحركة وهذا يعظم من الدور الجوهرى لمناهج التربية الرياضية فى بناء أنشطة تسهم بشكل إيجابى فى التنمية المتكاملة للتلاميذ من خلال إتاحة فرص اللعب وتنمية اللياقة وإكتساب المهارات من خلال العديد من الأنشطة التى تتلائم مع القدرات المتنوعة للتلاميذ .

بينما بلغت نسبة الموافقة ٩٥% لعبارات الأهداف أرقام (١ ، ٥ ، ٧ ، ١٠ ، ١٢) حيث تؤكد عبارة الهدف رقم (١) على تعزيز مفهوم محو الأمية البدنية والصحية. حيث يجب أن تعلم التربية البدنية العادات التى تنقل الممارسة البدنية إلى خارج المدرسة للحفاظ على صحتهم طوال الحياة حيث تقدم المدرسة ممارسات صحية من خلال ممارسة الرياضة كالحفاظ على برنامج لياقة متوازن مدى الحياة حيث ينمى إدراك التلاميذ بأهمية اللياقة البدنية من خلال جمع الفصل فى نهاية

الدرس لمناقشة نقاط اللياقة الأساسية التي تساعد التلاميذ على فهم لماذا اللياقة مهمة ولتبادل المعلومات المعرفية يمكن للمعلم تحديد مجموعة عضلية (عضلة) للأسبوع ويستخدم لوحة الإعلانات التعليمية لتوضيح مفاهيم اللياقة البدنية المرتبطة بها ويرسل النشرات التعليمية إلى المنزل حول مبادئ وأهمية اللياقة البدنية (٣٥ : ٢٦١).

كما تعد ممارسة الرياضة بانتظام والحفاظ على نظام غذائي صحي وشرب الماء والإمتناع عن المشروبات الغازية بانتظام أحد الممارسات الصحية الأساسية التي يجب أن يكتسبها التلاميذ ويحافظوا عليها (١٨).

فالعديد من التلاميذ يستمرون في الجلوس لفترات طويلة لمشاهدة التلفزيون وألعاب الفيديو مما يدعو إلى الحاجة إلى تعزيز النشاط البدني كجزء لا يتجزأ من نمط حياة صحي (١٣ : ٣٣، ٣٤).

فإحدى الجوانب الرئيسية للتدريس للتلاميذ هو تنمية المواقف الإيجابية نحو ممارسة الأنشطة البدنية وإكتساب أنماط الحياة الصحية وتعلم الممارسات الآمنة من خلال استخدام الأدوات الملائمة وإتباع القواعد والقوانين (٢٥ : ٤، ٥).

وتؤكد عبارة الهدف رقم (٥) في الحفاظ على تطوير ونمو القدرات البدنية للتلاميذ. فبعض معلمى التربية البدنية يركزون على تنمية المهارات ولا يهتمون بتنمية كافية للقدرات البدنية واللياقة (٣٥ : ٢٦٠).

ويشير الباحثان إلى أن تصميم وحدات المنهج ركز على إختيار تمارين الإعداد البدني التي تحقق مستوى جيد من اللياقة البدنية خلال فترة البقاء في المنزل والتي تعمل على تنمية العديد من العناصر كالقوة والمرونة والرشاقة وتحديد معيار لأدائها (عدد تكرارات حسب قدرة التلميذ) لتحقيق الهدف منها مع ملائمتها لتهيئة العضلات الرئيسية الخاصة بالمهارة موضوع التعلم كما أن بناء التدريبات خلال تعليم وتطبيق مهارات (الفورميولا ١- الوثب الطويل - دفع الجلة - الحواجز) يحقق من خلال فرص الممارسة نمو وتطوير القدرات البدنية المتنوعة كمتطلب لإكتساب الأداء المهارى وهو ما يتضح بالتفصيل فى محتوى وحدات المنهج مرفق (٢).

ويؤكد (Pangrazi, R. et al 2016) وآخرون أنه قبل أداء أنشطة ودروس مسابقات الميدان والمضمار فى المدرسة يراعى أن يتم تقديم أنشطة الإحماء ومجموعة من تمارين الإطالة وكافية وأن تكون الدروس ملائمة لقدرات التلاميذ البدنية وليست فوق مستوى قدراتهم (٣٥ : ٦٩).

وتشتمل عبارة الهدف رقم (٧) على توفير وممارسة الألعاب ذات الطابع الفردى (التباعد الإجتماعى). يجب أن يراعى للتخفيف من حالة البقاء فى المنزل مراعاة تدابير وإجراءات التباعد الإجتماعى لمواجهة وباء Covid19 مثل إستغلال الأماكن والمساحات العامة كتحويل فضاء الحى أو المنطقة للعب وممارسة الأنشطة البدنية مع مراعاة التباعد الجسدى (٣١) .

والألعاب ليست مجرد الجرى فى ملعب أو فضاء ولكنها يمكن أن تساهم فى تنمية بما فى ذلك الكفاءة الحركية والتنمية الشخصية وحل المشكلات (٢٥) .

كما أن الألعاب ليست مجرد مصدر للمتعة للتلاميذ فقط بل تساعدهم على ضبط السلوك والحفاظ على صحتهم الجسدية والعاطفية ومن المهم أن نمسح التلاميذ فرصة للعب وممارسة الأنشطة البدنية فى ضوء التباعد الإجتماعى الآمن (٢٠) .

وتعد الألعاب جزء مهم ورئيسى فى برامج التربية البدنية حيث يمكن تعديل العديد من الألعاب التقليدية لتسهم بشكل إيجابى فى عملية التعلم وتلك التعديلات تسمح لجميع المستويات بالمشاركة (كدمج ذوى الإحتياجات الخاصة فى اللعبة) مع التأكيد على التلاميذ أن سلامتهم وسلامة زملائهم أهم من الفوز بالعبة (٣٥ : ٥٤٠ ، ٥٤١) .

ويشير الباحثان إلى أنه عند تصميم وحدات المنهج تم التركيز على بناء مجموعة من الألعاب التى تؤدى فى المنزل بشكل فردى فى مساحة محددة وباستخدام أدوات بديلة وشخصية وتتوافر فيها فرص المنافسة وتشمل أيضا تحديات متنوعة للتلاميذ (تعدد أشكال الأداء بين الجرى والحجل والوثب – وضع عوائق حسب قدرة التلاميذ – تنوع مساحة اللعب) كما يمكن أدائها فى الملعب بصورة فردية وبما يسمح بتباعد إجتماعى كافى آمن وهو مايتضح بالتفصيل فى محتوى وحدات المنهج مرفق (٢) .

وتشير عبارة الهدف رقم (١٠) إلى توفير الأدوات التكنولوجية والدعم الفنى للأسرة داخل المنزل. فالإختلافات فى رأس المال التعليمى للوالدين والثقافات والقيم والعوامل المادية ومستويات التحفيز والمساحات داخل المنزل تؤثر بشكل كبير على التعليم داخل المنزل ومستوى أداء التلاميذ(١٥) .

ولذا يجب أن تعمل مقترحات المناهج الجديدة فى التربية البدنية والرياضة على إستخدام الأدوات التكنولوجية بشكل فعال وأن تكون مصدر دعم حقيقى فى تعلم التلاميذ (٢٨ : ١٤٧ ، ١٤٨).

حيث يحتاج جميع التلاميذ إلى إمتلاك الأدوات التكنولوجية اللازمة لممارسة أنشطة التعلم فى المنزل مثل الكمبيوتر المحمول المتصل بالإنترنت حتى لايتأثر التلاميذ من ذوى الإمكانيات المادية الضعيفة (٣٢).

فعلى المدارس أن تسعى إلى إستطلاع رأى أولياء الأمور والتلاميذ والمعلمين حول تجارب التعلم الجديدة والتي تفيد فى تحديد إحتياجاتهم وكيفية تنفيذها عند إعادة فتح المدارس(٢٩).

ويرى الباحثان أن سعى وزارة التربية والتعليم فى توفير جهاز تابلت فى المرحلة الثانوية خطوة مهمة لتفعيل التعليم عن بعد مع الأخذ فى الإعتبار ضرورة توفيره للمراحل التعليمية الأخرى كأحد الأدوات التكنولوجية الرئيسية لتفعيل منظومة التعليم / التعلم عن بعد.

و يوجد إختلاف فى نوع وجودة التعلم الذى تحددته المدارس خلال فترة الإغلاق كما يختلف التعلم المنزلى من قبل أولياء الأمور ومدى إستجاباتهم للعمل فى المنزل مع أبنائهم حيث قدمت وزارة التعليم تسهيلات لأولياء الأمور فيما يتعلق بدعم عملية التعلم (١٥).

كما أن هناك فجوة رقمية بين المجتمعات حول تقديم التعليم الفعال للمتعلمين حيث تنعكس معدلات فقر التلاميذ على إستخدامهم للتكنولوجيا والتفاعل مع المنصات التعليمية ولهذا فمن الضرورى جعل الوصول إلى الإنترنت مجانا أو توفير شبكة الهواتف الذكية Wifi كأحد المتطلبات التكنولوجية الأساسية (٩).

فى حين أن التعلم عبر الإنترنت سيلعب دورا محوريا فى التعلم عن بعد خلال وباء Covid19 إلا أن هناك العديد من الأسباب التى تدعو للقلق بشأن الآثار المترتبة على إفنقار العديد من العائلات لأجهزة الكمبيوتر خاصة المناطق الريفية حيث يواجهوا صعوبات فى الوصول للتعلم عبر الإنترنت (٣٦).

يقترح (Defeyter, M ,et al 2020) أن تراعى الوزارة ضمان المساواة فى الوصول للإنترنت لجميع الطلاب مع مراعاة دعم المتعلمين لتعويض فقدان التعلم المحتمل من خلال الدراسة الموجهة خارج المدرسة (١٥).

وتؤكد عبارة الهدف رقم (١٢) على أهمية الدعم النفسى للتلاميذ من خلال توفير فرص ممارسة موجهة. فهناك رغبة فى العودة إلى اللعب والتعلم حيث يوفر النشاط البدنى اليومى فرص التفاعلات النفسية والإجتماعية التى تخفف من حدة العزلة الإجتماعية (٣١).

كما أن البقاء فى المنزل يمكن أن يؤدى إلى مزيد من القلق والتوتر والعديد من المشكلات النفسية وإن أفضل طريقة للتغلب على تلك المشكلات هو إستبدال الأنشطة الرياضية التى تمارس فى الملاعب والصالات بالأنشطة الرياضية المنزلية مثل ممارسة التمرينات والألعاب المختلفة (٢٣).

حيث أكدت دراسة (Asbury, K. et al ٢٠٢٠) أنه فى ظل تداعيات وباء Covid وبقاء التلاميذ فى المنازل فالعديد من أولياء أمور التلاميذ ذوى الإحتياجات الخاصة أكدوا أن وباء Covid كان له تأثير سلبى على النواحي النفسية والسلوكية وعلى صحة أبنائهم العقلية من حيث القلق والتغير فى السلوك والمزاج كما عانى الآباء من الضغوط والإرهاق (١٠).

كما أكدت دراسة (Toseeb, U. et al 2020) على ضرورة ممارسة أنشطة بدنية فى أماكن مناسبة للتغلب على العزلة الإجتماعية والتباعد الذى يشكل صعوبة بشكل خاص على التلاميذ ذوى الإحتياجات الخاصة وأسرهـم حيث تم السماح لبعض الأطفال من ذوى الإحتياجات الخاصة بالذهاب للمدرسة لكن تردد البعض فى إرسال أبنائهم بسبب خطر الإصابة (٣٨) .

ويرى الباحثان أنه فى ضوء ذلك يجب أن يتم بناء مناهج تربية رياضية تراعى التغيرات التى أحدثتها Covid تتضمن إختيار أنشطة وألعاب تراعى بيئة التعلم المنزلية من حيث المساحة والإمكانات وبما يتلائم مع القدرات المتنوعة للتلاميذ.

كما أن خلال أوقات التحديات الكبيرة يجب أن يلعب التصنيف دورا ثانويا (٩) وفى ضوء ذلك يرى الباحثان أن الدور الرئيسى الذى يجب أن تلعبه مناهج التربية الرياضية فى ضوء تلك التحديات هو المحافظة على النمو الصحى للتلاميذ ومستوى ملائم من اللياقة البدنية مع إتاحة الفرص لإكتساب الأداء المهارى (الأنشطة الفردية) وليس تحقيق مستويات عالية للأداء المهارى.

وتأتى عبارة الهدف رقم (٨) بأقل نسبة موافقة حيث أن أعداد التلاميذ المدمجين بمدارس التعليم العام الأسوياء قليلة جدا مقارنة بالعدد الكلى للأسوياء فى

المدرسة حيث توفير فرص ممارسة ملائمة وأمنة لذوى الإحتياجات الخاصة (الدمج).

حيث أكد (Nandiyanto, A,et al ٢٠٢٠) على أن معظم التلاميذ من ذوى الإحتياجات الخاصة لديهم صعوبات فى ممارسة المهام الأدائية للحياة اليومية فمن الضرورى التأكيد على معرفة وفهم التلاميذ ذوى الإحتياجات الخاصة لطرق الوقاية الخاصة بوباء Covid كالنظافة والمحافظة على التباعد الجسدى (٣٣).

يشير (Vickerman, P 2007) أن تدريس التربية البدنية لذوى الإحتياجات الخاصة لايسهم فى التنمية البدنية فقط ولكن فى تنمية الجوانب المعرفية وال نفسية والاجتماعية ويتطلب ذلك إجراءات متنوعة مثل تعديل بيئة التعلم وتكييف الممارسة وتقديم المعلم لإستراتيجيات متنوعة تلائم إحتياجاتهم الفردية (٤٠ : ٧٧).

و يؤكد (Pangrazi, R ،et al 2016) أنه يمكن خلال تعليم مسابقات الميدان والمضمار بالمدارس وضع أهدافا خاصة لتلائم مستويات التلاميذ ذوى الإحتياجات الخاصة (٣٥ : ٦٩٩) ، وفى هذا الصدد يؤكد الباحثان أن تصميم الوحدات والدروس يحتوى على جزء هام يشمل بدائل وتعديلات الأداء فى كل أجزاء الدرس من الإحماء مرورا بالإعداد البدنى والتدرج فى تعليم المهارات وتطبيقها حتى الجزء الختامى والذى يركز على الأداء وفق مستويات متدرجة ومتنوعة تلائم التلاميذ ذوى الإحتياجات الخاصة (الدمج) وتسمح لهم بفرص ممارسة تلائم قدراتهم مثل (بناء بعض التدريبات التى يمكن أدائها من الثبات أو الحركة – تنوع الإرتفاع حسب القدرة- عدد التكراراتإلخ) وهو مايتضح بالتفصيل فى محتوى وحدات المنهج مرفق (٢).

وفى ضوء ماتم عرضه من أهداف وتساؤلات ونتائج البحث تم التوصل إلى :-

١- تحديد الأهداف العامة لوحدات منهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسى (المرحلة الإبتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة كورونا Covid 19 مرفق(١).

٢- محتوى الوحدات التعليمية (دروس تطبيقية) لمنهج مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسى (المرحلة الإبتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة كورونا Covid 19 مرفق(٢).

٣- لوحة إرشادية تتضمن (طرق التقديم – إستراتيجيات التدريس – نظم التغذية الراجعة والتقويم) لتطبيق وحدات منهج مسابقات الميدان

والمضمار بمرحلة التعليم الأساسي(المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) فى ظل أزمة كورونا Covid 19 مرفق (٣).
٤- بطاقة ملاحظة ولى الأمر حول تقييم مشاركة التلميذ فى الدروس داخل المنزل مرفق(٤).

إستنتاجات الدراسة

- ١- تم تحديد الأهداف العامة لوحدات مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسي (المرحلة الابتدائية – المرحلة الإعدادية) بما يتلائم مع الإجراءات الاحترازية جراء انتشار وباء كورونا Covid 19.
- ٢- تصميم دروس تطبيقية لوحدات مسابقات الميدان والمضمار يمكن تطبيقها فى المنزل أوالملاعب بما يحقق الأهداف العامة لوحدات المنهج لمرحلة التعليم الأساسي .
- ٣- تقديم لوحة إرشادية محدد بها (طرق التقديم – إستراتيجيات التدريس – نظم التغذية الراجعة والتقويم) لجوانب تطبيق أنشطة ومناهج التربية البدنية فى ظل أزمة كورونا Covid 19.
- ٤- مشاركة أولياء الأمور فى جوانب تنفيذ أنشطة ومناهج التربية البدنية داخل المنزل فى ظل أزمة كورونا Covid 19.

التوصيات

- ١- تطبيق وحدات ودروس مسابقات الميدان والمضمار بمرحلة التعليم الأساسي (الابتدائية – الإعدادية).
- ٢- يجب إعادة صياغة معايير وأهداف تعلم جديدة تتلائم مع تحدى وباء Covid 19.
- ٣- تفعيل الدور الرئيسى والجوهرى لمناهج التربية الرياضية فى مواجهة التحديات و الحفاظ على مستويات الصحة العامة للمتعلمين.
- ٤- يجب أن يراعى مخططى ومنفذى المناهج التركيز على ممارسة الأنشطة الفردية كمسابقات الميدان والمضمار بالمدارس قدر الإمكان بتوفير بيئة تعلم آمنة.

- ٥- قيام المدارس بإعطاء تعليمات وتوجيهات واضحة لضبط بيئة التعلم عن بعد المنزلية ومتابعة تنفيذها بما يتفق مع مسؤوليتها التربوية فى ضوء القيم الحميدة للمجتمع.
- ٦- أهمية توافر الأدوات التكنولوجية لتفعيل التعليم عن بعد فى مجال تدريس التربية الرياضية بالمدارس.
- ٧- ضرورة تطوير قدرات معلمى التربية الرياضية والتلاميذ لتفعيل نظم التعلم عن بعد فى المدرسة.
- ٨- تنمية الوعى لدى أولياء الأمور حول سبل المشاركة فى تخطيط وتنفيذ مناهج التربية الرياضية.

المراجع

أولاً: المراجع العربية

- ١- ألعاب القوى للأطفال (٢٠٠٢): مسابقات الفرق، الإتحاد الدولى لألعاب القوى ، القاهرة.
- ٢- ألعاب القوى للأطفال (٢٠٠٦): (مسابقات الأطفال) مرشد تطبيقي لأنشطة ألعاب القوى للأطفال، ترجمة مركز التنمية الإقليمي ،القاهرة.
- ٣- النشرة التوجيهية لمادة التربية الرياضية لجميع مراحل التعليم (٢٠١٩): وزارة التربية والتعليم والتعليم الفنى ، قطاع التعليم العام ،مدير عام تنمية التربية الرياضية العسكرية.
- ٤- أمين أنور الخولى وجمال الدين الشافعى (٢٠٠٩) : ألعاب صغيرة - ألعاب كبيرة (الإطار المفاهيمى والتعليمي للألعاب) ، دار الفكر العربى ، القاهرة.
- ٥- دليل الالعب التمهيديّة الخاصة بالتعليم الابتدائي (٢٠١٩): وزارة التربية الوطنية والتعليم العالى وتكوين الأطر والبحث العلمى، المملكة المغربية.
- ٦- عفاف عبدالكريم (١٩٨٩) : طرق التدريس فى التربية الرياضية ، منشأة المعارف ، الأسكندرية.
- ٧- عفاف عبدالكريم (٢٠٠٨) : تطوير عناصر تصميم المنهج فى التربية البدنية ، منشأة المعارف ، الأسكندرية.
- ٨- منظمة الصحة العالمية (٢٠٢٠) : إعتبرات بشأن تدابير الصحة العمومية الخاصة بالمدارس فى سياق جائحة Covid 19

ثانياً : المراجع الأجنبية

- 9- Alexander, N., Gibbons, K., Marshall, S., Rodriguez, M., Sweitzer, J., & Varma, K. (2020). Implementing Principles of Reimagine Minnesota in a Period of Remote Teaching and Learning: Education Equity in the Age of COVID-19.
- 10- Asbury, K., Fox, L., Deniz, E., Code, A., & Toseeb, U. (2020). How is COVID-19 affecting the mental health of children with Special Educational Needs and Disabilities and their families?.
- 11- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & Education, B. P. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: an academic review. *Research papers in education*, 24(1), 1-27.
- 12- Chenneville, T., & Schwartz-Mette, R. (2020). Ethical considerations for psychologists in the time of COVID-19. *American Psychologist*.
- 13- Darst, P. W. et al. (2015). *Dynamic physical education for secondary school students*. San Francisco: Pearson/Benjamin Cummings.
- 14- Dawes, J. (Ed.). (2019). *Developing agility and quickness*. Human Kinetics Publishers. - ١٤
- 15- Defeyter, M. A., von Hippel, P., Shinwell, J., Mann, E., Henderson, E., Brownlee, I., ... & Daly-Smith, (2020). Covid-19: Back to School, Rebuilding a Better Future for All Children ,A. Written evidence submitted by Professor Greta Defeyter.
- 16- Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., ... & Szabo-Reed, A. N. (2016). Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: a systematic review. *Medicine and science in sports and exercise*, 48(6), 1197.
- 17- Eurydice, H. (2013). *Physical Education and Sport at School in Europe*. Retrieved from eacea-eurydice@ ec. europa. eu website: http://eacea.ec.europa.eu/Education/eurydice/documents/thematic_reports/150EN_HI.pdf doi, 10, 11935.

- 18- GAETZ, P. B. S.(2020). Keep children—and adults—healthy: Prevent and curb common infections. TEXAS CHILD CARE QUARTERLY/ VOLUME 44, NO. 1 / CHILDCAREQUARTERLY.COM.
- 19- Gallego, T. G., de la Rubia, M., Hincz, K., Lopez, M. C., Subirats, L., Fort, S., & Moñivas, S. G.(2020). Influence of COVID-19 confinement in students' performance in higher education.
- 20- George Waite(2020) : 15 Outdoors Social Distancing Games <https://www.twinkl.com.br/blog/15-social-distancing-games-you-can-play-outside>.
- 21- GLOBAL CHALLENGE OF “MOTOR ACTION CIRCUIT ON LINE(2020): TO FAVOR PHYSICAL ACTIVITY AND THE DEVELOPMENT OF THE AFFECTIVE-SOCIAL AND INTEGRAL PART IN THE CHILDREN, <https://devpost.com/software/global-challenge-of-motor-action-circuit-on-line>.
- 22- GOPHER (2020) : Athletics, Fitness, Physical Education , Recreation,GSA, <https://www.gophersport.com>.
- 23- Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krustup, P. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*, 1-6.
- 24- Hodges, T. S., Kerch, C., & Fowler, M. (2020). Teacher Education in the Time of COVID-19: Creating Digital Networks as University-School-Family Partnerships. *Middle Grades Review*, 6(2), n2.
- 25- Hopper, B., Grey, J., & Maude, P. (2005). *Teaching physical education in the primary school*. Routledge.
- 26- Kunstler, B., Slattery, P., Grundy, E., Goodwin, D., & Saeri, A. K. (2020). Physical activity and sedentary behaviour during the COVID-19 pandemic: An Australian population study.
- 27- Laker, A. (Ed.). (2003). *The future of physical education: Building a new pedagogy* (Vol. 6). Routledge.
- 28- Lavin, J. (Ed.). (2008). *Creative Approaches to Physical Education: Helping children to achieve their true Potential*. Routledge.
- 29- Maria D. Avgerinou, Sophia Moros(2020): The 5-Phase Process as a Balancing Act during Times of Disruption: Transitioning to Virtual

- Teaching at an International JK-5 School,
<https://www.researchgate.net/publication/342232081>.
- 30- McGuigan, M. (2017). Developing power. National Strength and Conditioning Association, Human Kinetics.
- 31- Mehta, V. (2020). The new proxemics: COVID-19, social distancing, and sociable space. *Journal of Urban Design*, 1-6.
- 32- Montacute, R. (2020). Social Mobility and Covid-19: implications of the Covid-19 crisis for educational inequality.
- 33- Nandiyanto, A. B. D. (2020). Understanding Coronavirus (COVID-19) as a Small Particle to Students with Special Needs Rina Maryanti¹, Achmad Hufad¹, Sunardi¹, Asep Bayu Dani Nandiyanto^{2,*}, Tryastuti Irawati Belliny Manullang¹. *Horizon*, 2(1), 121-130.
- 34- Nikki Katz (2020) : 10 Social Distancing PE Activities & Games. <https://www.weareteachers.com/social-distancing-pe-activities>.
- 35- Pangrazi, R. P., & Beighle, A. (2016). Dynamic physical education for elementary school children. Human Kinetics Publishers.
- 36- Reich, J., Buttner, C. J., Fang, A., Hillaire, G., Hirsch, K., Larke, L. R., ... & Slama, R. (2020). Remote learning guidance from state education agencies during the covid-19 pandemic: A first look.
- 37- Social Distancing Classroom Games(2020): <https://games4esl.com/social-distancing-classroom-games/mes>.
- 38- Toseeb, U., Asbury, K., Code, A., Fox, L., & Deniz, E. (2020). Supporting families with children with Special Educational Needs and Disabilities during COVID-19.
- 39- Verma, A., Verma, S., Garg, P., & Godara, R. (2020). Online teaching during COVID-19: perception of medical undergraduate students. *Indian Journal of Surgery*, 82(3), 299-300.
- 40- Vickerman, P.,. (2007). Teaching physical education to children with special educational needs. Routledge.