المملكة المغربية
وزارة التربية الوطنية والتعليم العالي وتكوين الأطر والبحث العلمي

البرامج والتوجيهات التربوية الخاصة بمادة التربية البدنية والرياضية
سلك التعليم الثانوي الإعدادي

غشت 2009

مديرية المناهج والحياة المدرسية
ت للا عائشة، شارع شالة ـ حسان ـ الرباط☎ 0537278502 🖷 0537700628

المحتويات	الصفحات
المدخل العام	4
أولا – الاختيارات والتوجهات العامة	4
1. مجال القيم	4
2. مجال الكفايات	5
3. مجال المضامين	6
ثانيا- مواصفات المتعلم في نهاية السلك الإعدادي	8
II. الإطـــــار النظـــــري	9
1. تعريف مادة التربية البدنية والرياضية	9
2. أهداف مادة التربية البدنية والرياضية	9
3. خصائص المتعلم بسلك التعليم الثانوي الإعدادي(سن المتعلم: 12-15 سنة)	9
4. حاجات المتعلم بسلك التعليم الثانوي الإعدادي	10
5. مواصفات الخروج للمتعلم بسلك التعليم الثانوي الإعدادي الخاصة بالتربية البدنية والرياضية	10
6. المقاربـــة بالكفايـــات	10
1.6. مدخل الكفايات	10
2.6. تعريف الكفاية	10
7. الكفايات المرتبطة بمادة التربية البدنية والرياضية	11
8. الكفايات الخاصة بمادة التربية البدنية والرياضية بسلك التعليم الثانوي الإعدادي	11
9. مجالات التدخل في مادة التربية البدنية و الرياضية بسلك التعليم الثانوي الإعدادي	11
III . الإطار المنهجي	12
1. المشروع البيداغوجي للمؤسسة	12
2. التدريس بالمجزوءات	12
3 .المجزوءات والكفايات حسب المستويات الدراسية	12
4. الحلقة الدراسية	13
1.4 . تعريف الحلقة الدراسية	13
2.4. مشروع الحلقة الدراسية	13
3.4. جدادة إعداد مشروع الحلقة (الملحق رقم1)	13
4.4. مكونات الحلقة الدراسية	13
1.4.4 . حصة الملاحظة و التقويم التشخيصي	14
2.4.4. حصص التعليم و التعلم و التقويم التكويني	14
3.4.4. حصة التقويم الإجمالي	14
5. جدادة تحضير الحصة الدراسية(الملحق رقم2)	14
6. التقويم والتنقيط	14
1.6. التقويم التربوي	14
2.6 . التنقيط	14
7. شبكة التنقيط	15
IV . الإطـــــار التـنـظـيـمـــــي	16
1. الفريق البيداغوجي للمؤسسة	16
2. الأستاذ المكلف بالتنسيق	16
3. الوثائق البيداغوجية	16

V. الجمعية الرياضية المدرسية	17
1. أهداف الجمعية الرياضية	17
2. رياضة الكم ورياضة النخبة	17
1.2. أنشطة رياضة الكم	17
2.2. أنشطة رياضة النخبة	17
3. المشروع الرياضي للمؤسسة	18
VI. البرنامج الوطني للتدريس	19
VII ملحقات	19
الملحق رقم 1 : جدادة تحضير مشروع الحلقة	21
الملحق رقم 2 : جدادة تحضير الحصة الدراسية	22
الملحق رقم 3 : سلم تنقيط ألعاب القوى	23
الملحق رقم 4 : عناصر رياضة الجمباز حسب صعوبتها	26

المدخل العام

تندرج وثيقة **"التوجيهات التربوية والبرامج الخاصة بمواد التعليم الثانوي الإعدادي"** في إطار استكمال الجهود الهادفة إلى التجديد والتطوير المستمرين للمناهج التربوية بالسلك الإعدادي من التعليم الثانوي، بما يمكن من توجيه الممارسة التربوية بهذا السلك، نحو تحقيق غايات و أهداف النظام التربوي، وضمان التنسيق والتفاعل بين المواد الدراسية، والإسهام في تيسير الأداء المهني للمدرسين وتطوير كفاياتهم وتعزيزها.

وتنطلق هذه التوجيهات من استثمار مختلف الوثائق المرجعية المؤطرة للعملية التعليمية - التعلمية بهذا السلك، حسب التخصصات ومكونات المواد الدراسية، وذلك في اتجاه يهدف إلى توحيد تمثلات مختلف الفاعلين التربويين لأسس المنهاج التربوي ولمقاصده وللكفايات المستهدفة فيه من جهة، والوعي من جهة ثانية، بخصوصيات السلك الثانوي الإعدادي، وبما يستوجبه من عناية خاصة، بحكم الموقع المفصلي الذي يحتله في نظامنا التربوي.

إن **"الوثيقة الإطار للاختيارات والتوجهات التربوية"** تعتبر التعليم الإعدادي "جزءا من التعليم الثانوي ومرحلة انتقالية بين التعليم الابتدائي والسلك التأهيلي"، وهو بهذا المعنى، يمثل مرحلة وسطى في المسار الدراسي للمتعلم، تتكون من ثلاث سنوات تعليمية يتدرج فيها المتعلم (ة) عبر مسار تربوي تعليمي منسجم مع وتيرة نموه الجسدي والنفسي، في أبعاده العقلية والمهارية والوجدانية.

وتهدف هذه الوثيقة إلى أن تكون أداة عمل وظيفية تمكن هيئة التدريس من تعرف منطلقات المنهاج الدراسي وضبط مكوناته وتنفيذ أنشطته، بالشكل الذي يضمن التوظيف الأمثل للكتاب المدرسي في صيغته الجديدة المتسمة بالتعدد، ويمكن – تبعا لذلك – من تنمية كفايات المتعلمين ومهاراتهم، وإكسابهم القدرة على تكييفها مع مختلف المواقف والوضعيات.

كما أن الوثيقة تمثل، فضلا عما سبق، منطلقا مرجعيا لهيئة التأطير التربوي ووثيقة توجيهية تعرض العناصر والمكونات العامة لمختلف العمليات المنتظر إنجازها من قبل المدرس(ة)، وما يرتبط بتلك العمليات من وسائل وطرائق وإجراءات، مما يسهل وضع الشبكات الملائمة للتأطير والتقويم والتوجيه.

وقد تم تصميم وثيقة **" التوجيهات التربوية والبرامج الخاصة بمواد التعليم الثانوي الإعدادي"** في ضوء اختيار منهجي يواكب المستجدات المرتبطة بتجديد المناهج التربوية في سياق إصلاح منظومة التربية والتكوين ببلادنا، منطلقا في ذلك من الاستثمار الوظيفي لأبرز ما توصلت إليه مختلف الدراسات في حقل التربية خاصة، وفي حقول المعرفة الإنسانية بصورة عامة، مع اعتماد مقاربة شمولية ومتكاملة تراعي مبدأ التوازن بين جميع الأبعاد (البعد الاجتماعي الوجداني بعد المهارات والكفايات، البعد المعرفي، البعد التجريبي والتجريدي)، وبين مختلف أنواع المعارف وأساليب التعبير (فكري، فني، جسدي)، و بين مختلف جوانب التكوين (نظري، تطبيقي عملي). كما أن الوثيقة تستحضر بصفة خاصة حاجات المتعلمات و المتعلمين في المرحلة العمرية التي يمرون بها، وكذلك خصوصيات التدريس بالطور الثانوي الإعدادي ومتطلبات تنفيذ منهاجه الدراسي، من حيث عرض الأسس الثقافية والاجتماعية والنفسية والتربوية والمنهجية التي تؤطر أنشطة التعليم والتعلم بهذا الطور، وتحديد الغايات والكفايات المستهدفة فيه، وتقديم المضامين المقررة فيه والمنسجمة مع سلم القيم المستهدفة في هذا السلك، وذلك كله من منظور يراعي مواصفات المتعلمات و المتعلمين ويعتبر المدرسة مجالا خصبا يتحقق ضمنه التفاعل الإيجابي بين المدرسة والمجتمع، ويسمح بترسيخ القيم الأخلاقية، وقيم المواطنة وحقوق الإنسان وممارسة الحياة الديمقراطية.

أولا – الاختيارات والتوجهات العامة

حُددت الاختيارات العامة لإصلاح النظام التربوي ومراجعة المناهج انطلاقا من الفلسفة التربوية والمرتكزات الأساسية المتضمنة في الميثاق الوطني للتربية والتكوين(1999)، وكذا في المداخل الواردة في الوثيقة الإطار الصادرة عن لجنة الاختيارات والتوجهات (2002)، وتتوزع هذه الاختيارات على ثلاثة مجالات، هي مجال القيم، ومجال الكفايات، ومجال المضامين.

1 - مجال القيم

يحدد الميثاق الوطني للتربية و التكوين المرتكزات الثابتة في هذا المجال كالآتي:

- قيم العقيدة الإسلامية؛
- قيم الهوية الحضارية و مبادئها الأخلاقية و الثقافية؛
- قيم المواطنة؛
- قيم حقوق الإنسان و مبادئها الكونية.

وانسجاما مع هذه القيم، واعتبارا للحاجات المتجددة للمجتمع المغربي على المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي من جهة، وللحاجات الشخصية الدينية والروحية للمتعلمين والمتعلمات من جهة أخرى، فإن نظام التربية والتكوين يتوخى تحقيق ما يأتي:

على المستوى المجتمعي العام	على المستوى الشخصي للمتعلم (ة)
▪ ترسيخ الهوية المغربية الحضارية والوعي بتنوع وتفاعل وتكامل روافدها؛ ▪ التفتح على مكاسب ومنجزات الحضارة الإنسانية المعاصرة؛ ▪ تكريس حب الوطن وتعزيز الرغبة في خدمته؛ ▪ تكريس حب المعرفة وطلب العلم والبحث والاكتشاف؛ ▪ المساهمة في تطوير العلوم والتكنولوجيا الجديدة؛ ▪ تنمية الوعي بالواجبات والحقوق؛ ▪ التربية على المواطنة وممارسة الديموقراطية؛ ▪ التشبع بروح الحوار والتسامح وقبول الاختلاف؛ ▪ ترسيخ قيم المعاصرة والحداثة؛ ▪ التمكن من التواصل بمختلف أشكاله وأساليبه؛ ▪ التفتح على التكوين المهني المستمر؛ ▪ تنمية الذوق الجمالي والإنتاج الفني والتكوين الحرفي في مجالات الفنون والتقنيات؛ ▪ تنمية القدرة على المشاركة الإيجابية في الشأن المحلي والوطني	▪ الثقة بالنفس والتفتح على الغير؛ ▪ الاستقلالية في التفكير والممارسة؛ ▪ التفاعل الإيجابي مع المحيط الاجتماعي على اختلاف مستوياته؛ ▪ التحلي بروح المسؤولية والانضباط؛ ▪ ممارسة المواطنة والديموقراطية؛ ▪ إعمال العقل واعتماد الفكر النقدي؛ ▪ الإنتاجية والمردودية؛ ▪ تثمين العمل والاجتهاد والمثابرة؛ ▪ المبادرة والابتكار والإبداع؛ ▪ التنافسية الإيجابية؛ ▪ الوعي بالزمن والوقت كقيمة أساسية في المدرسة وفي الحياة؛ ▪ احترام البيئة الطبيعية والتعامل الإيجابي مع الثقافة الشعبية والموروث الثقافي والحضاري المغربي.

على الأستاذ (ة) أن يستحضر القيم المشار إليها أعلاه :

- عند إعداد الدرس وفي بناء أنشطة التعلم وكذا اختيار الموارد الديداكتيكية وبناء وضعيات التقويم؛
- في السلوك العام داخل الفصل والمؤسسة والمحيط حتى تساعد على التعلم بالقدوة وترسيخ هذه القيم لدى الناشئة وذلك حسب ما تقتضيه طبيعة الوضعيات المرتبطة بكل مادة دراسية.

2- مجال الكفايات

إن المتعلم **(ة)** الذي يلج مرحلة التعليم الإعدادي يكون مبدئيا مكتسبا لرصيد لغوي ومعرفي ومهاري يؤهله لاستيعاب مختلف الظواهر الاجتماعية والثقافية، واتخاذ مواقف منها، والتفاعل الإيجابي مع محيطه المحلي والجهوي والوطني والعالمي، فضلا عن اكتسابه كفايات تواصلية أساسية، مع القدرة على توظيفها في وضعيات مبسطة، كما أنه يمتلك القدرة على الاستدماج الأولي لقيم المبادرة، والتنافس الإيجابي، والعمل الجماعي، والاعتماد على النفس، وإدراك الحقوق والواجبات، والتواصل مع المحيط، والوعي بمتطلبات الاندماج فيه بكيفية واعية.

وتأتي المرحلة الإعدادية مندرجة في سيرورة الحفاظ على مكتسبات المتعلم (ة) في التعليم الابتدائي وتحصينها، خاصة بالنسبة لمن بلغوا سن نهاية التعليم الإجباري.

وخلال هذه المرحلة الوسطى يستمر التركيز على الجوانب التواصلية في مستوى متقدم من التمكن، وعلى الجوانب المنهجية و الاستراتيجية والثقافية. وتعطى الجوانب التكنولوجية أهمية أكثر من ذي قبل للإعداد للتعليم التأهيلي، أو لمؤسسات التكوين المهني، أو لولوج الحياة العامة لمن سينقطعون عن الدراسة من المتعلمات والمتعلمين في نهاية السلك الإعدادي.

إن تطوير الكفايات وتنميتها على الوجه اللائق لدى المتعلم **(ة)** ، يستوجبن مقاربتها بشكل شمولي، مع مراعاة التدرج البيداغوجي في برمجتها، ووضع استراتيجيات اكتسابها. ومن الكفايات الممكن بناؤها في إطار تنفيذ مناهج التربية والتكوين نذكر ما يأتي:

- **الكفايات المرتبطة بتنمية الذات** ، والتي تستهدف تنمية شخصية المتعلم باعتباره غاية في ذاته، وفاعلا إيجابيا ينتظر منه الإسهام الفاعل في الارتقاء بمجتمعه في كل المجالات؛
- **الكفايات القابلة للاستثمار في التحول الاجتماعي** ، والتي تجعل نظام التربية والتكوين يستجيب لحاجات التنمية المجتمعية بكل أبعادها الروحية والفكرية والمادية؛

- **الكفايات القابلة للتصريف في القطاعات الاقتصادية والاجتماعية** ، والتي تجعل نظام التربية والتكوين يستجيب لحاجات الاندماج في القطاعات المنتجة ولمتطلبات التنمية الاقتصادية والاجتماعية.

ويمكن أن تتخذ الكفايات التربوية طابعا **إستراتيجيا، وتواصليا، ومنهجيا، وثقافيا، وتكنولوجيا**، كما هو مبين في الجدول الآتي:

الكفايات	العناصر المكونة لها
الكفايات الإستراتيجية	▪ معرفة الذات والتعبير عنها؛ ▪ التموقع في الزمان والمكان؛ ▪ التموقع بالنسبة للآخر وبالنسبة للمؤسسات المجتمعية (الأسرة، المؤسسة التعليمية، المجتمع)، والتكيف معها ومع البيئة بصفة عامة؛ ▪ تعديل المنتظرات والاتجاهات والسلوكات الفردية وفق ما يفرضه تطور المعرفة والعقليات والمجتمع.
الكفايات التواصلية	▪ إتقان اللغة العربية وتخصيص الحيز المناسب للغة الأمازيغية والتمكن من اللغات الأجنبية؛ ▪ التمكن من مختلف أنواع التواصل داخل المؤسسة التعليمية وخارجها في مختلف مجالات تعلم المواد الدراسية؛ ▪ التمكن من مختلف أنواع الخطاب (الأدبي، والعلمي، والفني...) المتداولة في المؤسسة التعليمية وفي محيط المجتمع والبيئة.
الكفايات المنهجية	▪ منهجية للتفكير وتطوير مدارجه العقلية؛ ▪ منهجية للعمل في الفصل وخارجه؛ ▪ منهجية لتنظيم ذاته وشؤونه ووقته وتدبير تكوينه الذاتي ومشاريعه الشخصية.
الكفايات الثقافية	▪ الجانب الرمزي المرتبط بتنمية الرصيد الثقافي للمتعلم (ة) ، وتوسيع دائرة إحساساته وتصوراته ورؤيته للعالم وللحضارة البشرية بتناغم مع تفتح شخصيته بكل مكوناتها، وبترسيخ هويته كمواطن مغربي وكإنسان منسجم مع ذاته ومع بيئته ومع العالم؛ ▪ الجانب الموسوعي المرتبط بالمعرفة بصفة عامة.
الكفايات التكنولوجية	▪ القدرة على تصور المنتجات التقنية ورسمها وإبداعها وإنتاجها؛ ▪ التمكن من تقنيات التحليل والتقدير والمعايرة والقياس، وتقنيات ومعايير مراقبة الجودة، والتقنيات المرتبطة بالتوقعات والاستشراف؛ ▪ التمكن من وسائل العمل اللازمة لتطوير تلك المنتجات وتكييفها مع الحاجيات الجديدة والمتطلبات المتجددة؛ ▪ استدماج أخلاقيات المهن والحرف والأخلاقيات المرتبطة بالتطور العلمي والتكنولوجي بارتباط مع منظومة القيم الدينية والحضارية وقيم المواطنة وقيم حقوق الإنسان ومبادئها الكونية.

على الأستاذ (ة) ان يستحضر طبيعة الكفايات وأنواعها والعناصر المكونة لكل نوع قصد التحكم فيها .

3- مجال المضامين

تنتظم المضامين داخل السلك الثانوي الإعدادي بما يخدم المواصفات المحددة للمتعلم **(ة)** في نهاية هذا السلك، من خلال ما يأتي:

- الانطلاق من اعتبار المعرفة إنتاجا وموروثا بشريا مشتركا؛
- اعتبار المعرفة الخصوصية جزءا لا يتجزأ من المعرفة الكونية؛
- اعتماد مقاربة شمولية عند تناول الإنتاجات المعرفية الوطنية، في علاقتها بالإنتاجات الكونية مع الحفاظ على ثوابتنا الأساسية؛
- اعتبار غنى وتنوع الثقافة الوطنية والثقافات المحلية والشعبية باعتبارها روافد للمعرفة؛
- الاهتمام بالبعد المحلي والبعد الوطني للمضامين وبمختلف التعابير الفنية والثقافية؛

- اعتماد مبدأ التكامل والتنسيق بين مختلف أنواع المعارف وأشكال التعبير؛
- اعتماد مبدأ الاستمرارية والتدرج في عرض المعارف الأساسية عبر الأسلاك التعليمية؛
- تجاوز التراكم الكمي للمضامين المعرفية المختلفة عبر المواد التعليمية؛
- استحضار البعد المنهجي والروح النقدية في تقديم محتويات المواد؛
- العمل على استثمار عطاء الفكر الإنساني عامة لخدمة التكامل بين المجالات المعرفية؛
- الحرص على توفير حد أدنى من المضامين الأساسية المشتركة لجميع المتعلمين في مختلف الأسلاك والشعب؛
- الاهتمام بالمضامين الفنية؛
- تنويع المقاربات وطرق تناول المعارف؛
- إحداث التوازن بين المعرفة في حد ذاتها والمعرفة الوظيفية.

وعلى الأستاذ (ة) استحضار كل ذلك عند انتقاء المضامين كحصيلة معرفية يزود بها المتعلم (ة) عند نهاية كل وحدة دراسية.

ثانيا ـ مواصفات المتعلم (ة) في نهاية السلك الإعدادي

مواصفات من حيث القيم والمقاييس الاجتماعية	مواصفات مرتبطة بالكفايات والمضامين
- اكتساب القدر الكافي من مفاهيم العقيدة الإسلامية، حسب ما يلائم مستواه العمري، ومتحليا بالأخلاق والآداب الإسلامية في حياته اليومية؛ - التشبع بقيم الحضارة المغربية بكل مكوناتها والوعي بتنوع وتكامل روافدها؛ - التشبع بحب وطنه وخدمته؛ - الانفتاح على قيم الحضارة المعاصرة و إنجازاتها؛ - التشبع بقيم حقوق الإنسان وحقوق المواطن المغربي وواجباته؛ - الدراية بالتنظيم الاجتماعي والإداري محليا وجهويا ووطنيا، و التشبع بقيم المشاركة الإيجابية وتحمل المسؤولية؛ - الانفتاح على التكوين المهني والقطاعات الإنتاجية والحرفية؛ - تذوق الفنون و الوعي بالأثر الإيجابي للنشاط الرياضي المستديم على الصحة؛ - التشبع بقيم المشاركة الإيجابية في الشأن المحلي والوطني وقيم تحمل المسؤولية.	- التمكن من اللغة العربية واستعمالها السليم في تعلم مختلف المواد؛ - التمكن من تداول اللغات الأجنبية والتواصل بها؛ - التمكن من مختلف أنواع الخطاب المتداولة في المؤسسة التعليمية؛ - القدرة على التجريد وطرح المشكلات الرياضية وحلها؛ - الإلمام بالمبادئ الأولية للعلوم الفيزيائية والطبيعية والبيئية؛ - التمكن من منهجية للتفكير والعمل داخل الفصل وخارجه؛ - التمكن من المهارات التقنية والمهنية و الرياضية والفنية الأساسية ذات الصلة بمحيط المدرسة محليا و جهويا ؛ - القدرة على تكييف المشاريع الشخصية ذات الصلة بالحياة المدرسية والمهنية؛ - امتلاك المهارات التي تساعده على تعديل السلوكات وإبداء الرأي؛ - التمكن من رصيد ثقافي ينمي إحساسه ورؤيته لذاته وللآخر؛ - القدرة على استعمال التكنولوجيات الجديدة في مختلف مجالات دراسته وفي تبادل المعطيات.

على الأستاذ (ة) أن يعي مواصفات المتعلم (ة) في نهاية السلك الثانوي الإعدادي من اجل التحكم في مخرجات التعلم بطريقة استباقية.

II. الإطـــــار النظـــــري

1. تعريف مادة التربية البدنية والرياضية

تعتبر التربية البدنية والرياضية مادة تعليمية إلزامية وجزء لا يتجزأ من التربية العامة في جميع أسلاك التعليم، وهي مادة دراسية تساهم من خلال مزاولة الأنشطة البدنية والرياضية في تنمية مؤهلات المتعلم، كما تتوخى إكسابه مهارات بدنية مصحوبة بالمعارف المرتبطة بها قصد تعويده على الاهتمام بصحته وبجودة الحياة وجعله قادرا على التكيف مع بيئات مختلفة طوال حياته.

2. أهداف التربية البدنية والرياضية

- اكتساب المهارات وتنمية القدرات الإدراكية والحركية الأساسية؛
- اكتساب المعارف المتعلقة بمجالات الصحة ونوعية الحياة والبيئة؛
- اكتساب المواقف والسلوكات المرتبطة بأخلاقيات الرياضة والتنافس الشريف والقدرة على الاستقلالية وتحمل المسؤولية.

3.خصائص المتعلم بسلك التعليم الثانوي الإعدادي(سن المتعلم: 12-15 سنة)

- النمو البدني السريع.
- الاستهلاك الكبير للطاقة.
- نشاط حركي غير مستقر.
- سرعة الشعور بالتعب.
- قلة الطاقة في الدراسة وصعوبة في التركيز.
- اضطرابات فيزيولوجية في الجسم.
- استعداد مناسب لتعلم المهارات الرياضية.
- فقدان عابر لانسجام الصورة الجسمية والتنسيق الحركي.
- فقدان الثقة بالنفس.
- احتمال الانطواء والانعزال عن الفوج.
- القلق والتوتر وعدم الاستقرار على حال.
- النضج والتوتر الجنسي.
- عدم تقبل سيطرة الكبار.
- مواجهة الكبار بالنقد والعدوانية.
- البحث عن إثبات الذات – التقليد – التميز – التقمص – الاختلاف.
- الرغبة في الانتماء إلي المجموعة.
- البحث عن الزعامة والقيادة.
- الحاجة إلى اتخاذ المبادرة.
- التطلع إلى الاستقلالية.
- حب المنافسة.
- الانجذاب نحو المحيط الخارجي.
- احترام قواعد اللعب والإحساس بالحقوق والوجبات.
- الارتباط بالعائلة.

4.حاجات المتعلم بسلك التعليم الثانوي الإعدادي:

- يحتاج المتعلم في هذه المرحلة من النمو إلى:
- ممارسة أنشطة بدنية ورياضية متنوعة
- التوازن والتنسيق الحركي
- تجنب الإفراط في استهلاك الطاقة
- الاهتمام والعناية والقبول والحماية.
- إبراز وإثبات الذات.
- التواصل وربط العلاقات مع الآخر عبر المنافسة والاحتكاك.
- تحمل المسؤولية والقيام بأدوار ومهام داخل المجموعة.
- تثبيت وترسيخ المكتسبات السابقة.
- التكيف مع المحيط.
- الاندماج في مجموعة من نفس المستوى وحسب الميول.
- الثقة بالنفس.
- تحقيق نتائج لإبراز الشخصية.
- التكيف مع القيم والمثل الاجتماعية.
- التوعية بأهمية ممارسة الأنشطة الحركية والرياضية على الصحة.
- التأكيد على احترام القوانين.

5.مواصفات الخروج للمتعلم بسلك التعليم الثانوي الإعدادي الخاصة بالتربية البدنية والرياضية

بلوغ مستوى من الممارسة واكتساب معارف أساسية مرتبطة بالأنشطة البدنية والرياضية وذلك :

- بالأثر الإيجابي للنشاط الحركي والرياضي المستديم على الصحة
- بالتمكن من الكفاءات الرياضية والفنية الأساسية ذات الصلة بالمحيط المحلي والجهوي للمدرس
- بالتمكن من توظيف واستغلال الرصيد الحركي والرياضي في وضعيات مختلفة

6. المقاربة بالكفايات

6. 1. مدخل الكفايات:

تستحضر مقاربة التدريس بالكفايات في عمقها حاجيات وانشغالات وتطلعات ومتطلبات التنمية المستدامة للمجتمع المغربي في ظرفية عالمية سريعة التطور، تبلورت آثارها في تشكيل مجتمع المعرفة والعلم والثقانية، الذي يتطلب إعداد مو اطن مستوعب لمختلف قضايا مجتمعه ومتمكن من الكفايات الثقافية والمنهجية والتكنولوجية والتواصلية والإستراتيجية التي تؤهله للاندماج والمشاركة والإنتاج والإبداع والمساهمة في بناء صرح التنمية الشاملة والمستدامة للبلاد.

2.6.تعريف الكفاية:

يمكن تعريف الكفاية كنسق من المعارف المفاهيمية والمهاراتية (العملية) والسلوكية والتي تنتظم على شكل خطاطات إجرائية تمكن داخل فئة من الوضعيات (المواقف) من التعرف على مهمة مشكلة وحلها بإنجاز ملائم (الأداء).

Une compétence se définit comme un système de connaissances conceptuelles ET de Connaissances procédurales ET comportementales, organisées en schémas opératoires ET qui permettent, à l'intérieur d'une famille de situations, l'identification d'une tâche – Problème et sa résolution par une action efficace (performance).

7. الكفايات المرتبطة بمادة التربية البدنية والرياضية

- استغلال وتوظيف التقنيات والحركات البدنية والرياضية المكتسبة للإبداع وإيجاد الحلول المناسبة في مختلف الوضعيات الرياضية.
- التمكن من منهجية التحليل والنقد والتساؤل،التي تساعد المتعلم على فهم مجال الأنشطة البدنية والرياضية بمختلف مكوناته.
- التمكن من كيفية توظيف المؤهلات والقدرات الشخصية في أنشطة بدنية معينة مع حسن تدبيرها.
- التمكن من منهجية تجعل المتعلم مدركا لما هو عملي وما هو نظري والتقاطع الحاصل بينهما لبلوغ الهدف المتوخى.
- التمكن من جميع أدوات وأنواع التواصل بما في ذلك اللغوي والتعبيري بدني « ميمي» وتوظيفها لإثبات الذات لتحقيق التفاعل الإيجابي في مختلف الوضعيات.
- استيعاب وإدراك تجليات التواصل داخل مجموعة وفي نشاط بدني أو رياضي.
- التمكن من استعمال الوسائل التكنولوجية لاكتشاف واستيعاب المعارف المرتبطة بالحقل الرياضي.
- التمكن من الوسائل والأدوات التي تسمح بمعرفة المجال الثقافي للفعل الحركي.
- اكتساب وتنمية القدرات الحسية، الحركية، التعبيرية، العضوية والوظيفية لدى المتعلم.
- اكتساب وتنمية المعارف المتعلقة بالأنشطة البدنية والرياضية.
- اكتساب وتنمية السلوكات العلائقية المرتبطة بالأنشطة البدنية والرياضية، والقدرة على توظيفها في مختلف الأنشطة الرياضية.
- تمكين المتعلم من استيعاب الموروث الثقافي (المحلي – الجهوي - الوطني) والانفتاح على ثقافة الآخر من خلال ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.

8. الكفايات الخاصة بمادة التربية البدنية والرياضية بسلك التعليم الثانوي الإعدادي

- التمكن من آليات التواصل لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية
- تدبير الموارد والطاقات الجسمانية والبدنية في النشاط الرياضي
- توظيف الموارد الذاتية لتحقيق الفعالية في الإنجازات البدنية والرياضية
- التمكن من التقنيات الخاصة بممارسة الأنشطة البدنية والرياضية
- اكتساب المعارف والمهارات الخاصة بالأنشطة البدنية والرياضية للتفاعل مع المحيط
- التمكن من توظيف سلوكاته العلائقية الإيجابية قصد الاندماج والتفاعل داخل المجموعة
- اكتساب الوسائل التقنية والتكنولوجية لتفعيل وتعزيز المردود في الأنشطةالبدنيةوالرياضية
- التمكن من معرفة أهمية الممارسة الحركية والرياضية على الجسم ومزايا الرصيد الثقافي المرتبط بالأنشطة البدنية والرياضية.

9.مجالات التدخل في مادة التربية البدنية و الرياضية

ينتظم تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في حقول ومجالات متنوعةالأبعاد والمرجعيات تتمفصل فيما بينها وتنتظم في سياقات متعددة لتشكل فرشة الكفايات(تنتظم داخل مجزوءات) التي تساهم في إعداد مواطن متزن قادر على التكيف الإيجابي نظرا لما توفره له من إمكانات ومعارف مدمجة قادرة على كسب رهانات التكوين على كل مستويات كينونته الشخصية

يعتمد برنامج التربية البدنية والرياضية في هيكلتهبسلك التعليم الثانوي الإعدادي على ثلاثة مجالات يقترن كل منها بمجموعة من الفئات المشكلة:

- الوعي بالذات والتحكم فيها و يقترن بوضعيات ذات بعد استراتيجي و هي مرتبطة بحقل اللياقة البدنية وصيانة الرصيد البدني
- الوعي بالذات والتحكم فيها والتأقلم مع المحيط المادي و يقترن بوضعيات ذات بعد منهجي و هي مرتبطة بحقل الفعالية البدنية والتحكم في الحركات المهاراتيةو الانجاز الرياضي
- الوعي بالذات والتحكم فيها والتأقلم مع المحيط الاجتماعي و يقترن بوضعيات ذات بعد تواصلي مرتبطة بحقل الاندماج الجماعي وتحمل المسؤولية و التواصل السو سيو حركي

III . الإطار المنهجي

1. المشروع البيداغوجي:

يعتبر المشروع البيداغوجي سندا مرجعيا أساسيا عمل الفريق البيداغوجي للمؤسسة باعتباره أداة وظيفية تساهم في أجرأة البرنامج الوطني ،حيث تنطلق مشروعية عمل الفريق البيداغوجي من البرنامج الوطني كمرجعية أساسية لتدريس مادة التربية البدنية والرياضية، ويعتبر المشروع البيداغوجي أداة لأجرأته وحرصا على تنمية وتطوير الممارسة التربوية محليا (كميا و نوعيا) يعمل الفريق البيداغوجي على تحيينه وتلئيمه في خطة تكوينية تتمحور وحدتها حول تحوير الكفايات وفق فرضيات التكوين المتضمنة بالمشروعالبيداغوجي لتشكيل فرشة الكفايات المحلية القاعدية مع دمج المحتويات العلمية للمادة والإشارة إلى استراتيجيات العمل وكدا الوسائل و التنصيص على مجموعة الحلقات التكوينية وفق برمجة محكمة. مع تحديد دقيق لمدة وآجال الانجاز و أساليب التقويم.
وتكمن أهمية تحيين خطة التكوين هده في فهمواستيعاب البرنامج الوطني وتيسير أجرأته وتخطيط التعلمات ، للتمكن من إرساء أولويات التكوين وأبعاد التعاقد التربوي للفريق البيداغوجي للمؤسسة
ويجب السهر هنا على استمرارية و تراتبية التعلم من سنة دراسية إلى أخرى، وعلى برمجة الأنشطة الرياضية التي يمكن ممارستها في ظروف جيدة (توفر التجهيزات والأدوات اللازمة للممارسة) مع تحديد المعارف (المفاهيمية والمهاراتية والسلوكية) الخاصة بالأنشطة الرياضية المعتمدة في تدريس المادة بمختلف المستويات الدراسية.

2. التدريس بالمجزوءات

ينظم تدريس مادة التربية البدنية والرياضية وفق المقاربة القائمة على نظام المجزوءات. ويمكن تعريف المجزوءة كوحدة تكوينية تفضي إلى التحكم في كفاية تعلمية، وتنتظم في مقاطع متسلسلة يرمي كل واحد منها إلى تحقيق هدف مركب.
تتكون المجزوءة في مادة التربية البدنية من ثلاث حلقات دراسية مكونة كل واحدة من 10 أو 12 حصة, تخصص منها حصة للمعارف النظرية للنشاط المعتمد. و للحفاظ على وحدة التكوين بكل مستوى دراسي تم ضم المجزوءات المكونة للمستوى في هدف نهائي للإدماج و نعني به كفاية كبيرة تغطي مجموعة الكفايات أي مجموعة معارف (معارف مفاهيمية معارف مهاراتية، معارف سلوكية) تتضمن جل المكتسبات الأساسية للسنة الدراسية والتي تحدد مواصفات الخروج التي يتوخى بلوغها في نهاية المستوى الدراسي من خلال الحلقات الدراسية المعتمدة.

3. المجزوءات والكفايات حسب المستويات الدراسية

1.3. السنة الأولى إعدادى

المجزوءات الخاصة بالمستوى الدراسي	المجزوءة1	المجزوءة2
	استغلال الفضاء في جميع أبعاده	التنسيق الحركيو التوازن و احترام الأخر
الكفايات الخاصة بالمجزوءات	- استيعاب الأهداف المسطرة و معايير النجاح الأساسية لمختلف الأنشطة البدنية والرياضية. - توظيف التقنيات الأساسية للأنشطة البدنية والرياضية. - الملاحظة واستخلاص النتائج. - إدراك تأثير النشاط الحركي والجهد البدني على الجسم في علاقته مع المحيط	التركيز والانتباه و ضبط الانفعالات. مزاولة الأنشطة البدنية والرياضية في تناغم مع البيئة . احترام قوانين اللعب, احترام قرارات الحكم) التغلب على الخجل و الحرج أثناء الأداء أمام الآخر. المشاركة في أنشطة المواجهة و التعاون والقيام بأدوار مختلفة داخل المجموعة. التحلي بالروح الرياضية : (الرغبة في التفوق , تقبل الهزيمة, احترام الخصم)
الهدف النهائي للإدماج	تمكن تلميذ السنة الأولى من حركية سليمة تساعده على التكيف وفق متطلبات الوضعيات شكلا وإيقاعا وتحقيق الاندماج الجماع	

2.3. السنة الثانية إعدادى

المجزوءات الخاصة بالمستوى الدراسي	المجزوءة 3	المجزوءة 4
	التفاعل الإيجابي مع المحيط المادي و البشري	تكييف الإجابات الحركية حسب اختلاف الوضعيات
الكفايات الخاصة بالمجزوءات	- الانخراط الفعلي في مزاولة الأنشطة البدنية والثقافية داخل وخارج المؤسسة. - إعداد إستراتيجيات مشتركة لإنجاز العمليات الجماعية و كذا الإجراءات المتعلقةبالتعاون المتبادل. - تطبيق قوانين اللعب واحترام قرارات الحكم. - التفاعل الإيجابي مع إكراهات المحيط الطبيعي وخصائص الوسائل الديداكتيكية.	- التحكم في التقنيات الأساسية والوضعيات التكتيكية البسيطة. - استيعاب أهمية تهيئ الجسم للجهد البدني وعودته إلى الهدوء. - الإلمام بالمبادئ الأساسية للوقاية والسلامة أثناء مزاولة الأنشطة البدنية والرياضية - الربط بين الإحساسات الذاتية والمؤثرات الخارجية خلال ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية - القيام بأدوار مختلفة داخل المجموعة (تنظيم, تدريب, تحكيم...).
الهدف النهائي للإدماج	تمكن تلميذ السنة الثانية إعدادي من تدبير و توجيه الجهد البدني والقيام بمختلف الأدوار و المهام داخل المجموعة لتطوير الانجاز	

3.3. السنة الثالثة إعدادى

المجزوءات الخاصة بالمستوى الدراسي	المجزوءة 5	المجزوءة 6
	تعبئة الموارد الفردية في دعم مشروع المجموعة.	تدبير الموارد الذاتية والموضوعية حسب الجهد المطلوب.
الكفايات الخاصة بالمجزوءات	- التحليل, التقييم واستخلاص النتائج الفردية - بدل الجهد و الإقبال على التداريب. - التعاون والتآزر خلال الوضعيات التعليمية والبحث عن حلول جماعية. - تحمل مسؤوليات وأدوار مختلفة داخل المجموعة	- اعتماد و استغلال المعارف التقنية و التكتيكية والمهارات الحركية المكتسبة من أجل تحقيق الفعالية والمردودية - التفاعل الإيجابي مع إكراهات المحيط الطبيعي وخصائص الوسائل الديداكتيكية لتطبيق المكتسبات في وضعيات مختلفة. - توظيف المبادئ الأساسية الخاصة بالوقاية والسلامة
الهدف النهائي للإدماج	تمكن تلميذ السنة الثالثة إعدادي من ضبط مقومات التصرف الحركي والتكيف ومختلف الوضعيات وفق متطلباتها التنظيمية والقانونية، والتمرن على ممارسة الحقوق والواجبات لتحقيق مشروع رياضي فردي وجماعي	

4.الحلقة الدراسية

1.4.تعريف الحلقة الدراسية

الحلقة الدراسية هي مجموعة حصص من نفس النشاط الرياضي، تنتظم بدورها في مقاطع متسلسلة تحددها المجزوءة التكوينية المعتمدة انطلاقا من البرنامج الوطني لتدريس المادة. ويعتبر المقطع وحدة تكوينية تهدف إلى تحقيق هدف مركب (مجموعة من التعلمات المعقدة) لمعالجة وضعية مشكلة تنتمي لمجموعة الوضعيات المشكلة للكفاية المنشودة.

2.4. مشروع الحلقــة الدراسية

يهدف مشروع الحلقة إلى برمجة وتحقيق الأهداف المفضية إلى الكفاية المنشودة انطلاقا من حصة الملاحظة والتشخيص.

3.4. جدادة تحضير مشروع الحلقة

4.4. مكونات الحلقة الدراسية

تتكون الحلقة الدراسية من:

1.4.4حصة الملاحظة والتقويم التشخيصي:

تهدف هذه الحصة إلى تشخيص مؤهلات وقدرات التلاميذ وكذا مستواهم في النشاط الرياضي المعتمد (انطلاقا من وضعيات تربوية مرجعية معينة) قصد تحديد أهداف المقاطع التكوينية المتوخاة من الحلقة الدراسية. ويجب في هذا الباب إعداد جدادة للملاحظة تتضمن معايير ومقاييس مرجعية وموضوعية من شأنها أن تمكن من إصدار أحكام واتخاذ قرارات لتحديد الأهداف التي سيرتكز عليها مشروع الحلقة.

4.4. 2.حصص التعليم والتعلم والتقويم التكويني:

ترمي كل حصة تعلمية إلى تنمية وتحسين مؤهلات التلاميذ ومهاراتهم الحركية الرياضية ومعارفهم المفاهيمية من خلال وضعيات مشكلة تفضي حلها إلى بناء وإنتاج معارف جديدة وفقا للأهداف التي يرتكز عليها مشروع الحلقة، ولضمان الفعالية المتوخاة يقوم الأستاذ أثناء العملية التعليمية بتقويم تكويني مستمر قصد تصحيح أو تدليل الصعوبات من خلال التغذية الراجعة بناء على ما يتم اكتشافه من نواحي قصور أو ضعف لدى التلاميذ

3.4.4 .حصة التقويم الإجمالي أو الختامي:

هي الحصة الختامية للحلقة تهتم بكشف الحصيلة النهائية للمكتسبات التي يفترض أن تحصل نتيجة لعملية التعلم والغاية منها معرفة نسبة ما تحقق من أهداف مرسومة قصد اتخاذ القرارات التربوية المناسبة ومنح التلميذ نقطة عددية طبقا لشبكة التقويم الرسمية.

5. جدادة تحضير الحصة الدراسية

6. التقويم والتنقيط

1.6. التقويم التربوي:

هو ممارسة تتم طيلة العملية التربوية باعتباره وسيلة تساعد على تشخيص وتصحيح وضبط حصيلة صيرورة التعليم والتعلم في كل عناصرها ومكوناتها، لضمان المردودية المتوخاة. هو إذن عملية تشخيصية وعلاجية ووقائية.

2.6.التنقيط:

وهو عملية يقصد منها إضفاء قيمة كمية على المهارات والمعارف والمواقف التي حصلها التلميذ وترجمتها إلى نقطة عددية داخل نشاط رياضي معين، وذلك اعتمادا على شبكة التنقيط الرسمية.

7_ شبكـة التنقيـط

	الأنشطة الرياضية	معاييـر التقويـم		مفهومهـا	الوسائل المستعملـة	التنقيـــط		
						السنة الأولى	السنة الثانية	السنة الثالثة
المعارف المهارتية (العملية)	ألعاب القوى	القدرة الرياضية		حصيلة نشاط حركي قابلة للقياس	العداد وشريط القياس ومقياس العلو (الملحق 3)	06	06	06
		السلوك الحركي		مستوى طريقة الإنجاز	شبكة الملاحظة	08	07	06
	الألعاب الجماعية	القدرة الرياضية والمهارات الحركية	الفردية	حصيلة نشاط حركي قابلة للملاحظة	شبكة الملاحظة	06	06	06
			الجماعية			08	07	06
	الجمباز	القدرة الرياضية والمهارات الحركية		حصيلة نشاط حركي قابلة للملاحظة	شبكة الملاحظة (الملحق رقم 4)	14	13	12
المعارف المفاهيمية	جميع الأنشطة الرياضية المعتمدة	*المفاهيم والمصطلحات المتعلقة بالنشاط الرياضي المعتمد * قوانين النشاط الرياضي المعتمد * معارف علمية وفيزيولوجية تخص عمليات الإحماء والتدريب...		معلومات مفاهيمية ومصطلحات مرتبطة بالنشاط الرياضي المعتمد	* بالنسبة للجمباز يقدم التلميذ كتابة سلسلة حركية و يعرض مكوناتها قبل انجازها *أسئلة وأجوبة شفوية أو كتابية	03	03	03
المعارف السلوكية		* الانضباط والمواظبة * المشاركة الفعالة في النشاط *التعامل داخل المجموعة *الاستقلالية في التهيئ * تحمل المسؤولية في التحكيم والتدريب والإحماء وتهيئ الوضعيات التربوية...		- الغياب، البذلة الرياضية - التحكيم، التنظيم. - تهيئ الأدوات الرياضية - احترام الغير واحترام القوانين المنظمة لمجموعة القسم وللأنشطة الرياضية.	الملاحظة المباشرة للتلميذ في النشاط المعتمد طيلة الحلقة الدراسية.	03	04	05

IV . الإطـــار التـنـظـيـمـــي

يهتم هذا الإطار ببعض الخصوصيات المتعلقة بطاقم تدريس مادة التربية البدنية والرياضية. وهو على هذا الأساس ينص على هذه الخصوصيات ويوضحها وينظمها، وذلك من أجل ضمان العقلنة والفعالية والجودة والمر دودية في العملية التعليمية التعلمية، وفي الفعل البيداغوجي ككل.

1. الفريق البيداغوجي للمؤسسة

يتكون الفريق البيداغوجي من أساتذة التربية البدنية والرياضية العاملين بالمؤسسة، ومن مهامه:

- ✓ إعداد وإنجاز وأجرأة وتقويم المشروعين (البيداغوجي والرياضي) الخاصين بمادة التربية البدنية والرياضية، وذلك بتشاور وتنسيق مع إدارة المؤسسة ومفتش المادة.
- ✓ جمع كل الوثائق المتعلقة بالمادة وترتيبها والاحتفاظ بها وتوثيقها (المشروعين البيداغوجي والرياضي، المذكرات، الدوريات، الملصقات...)
- ✓ الصيانة والمحافظة على المعدات والأدوات الرياضية.

وحتى تنجز هذه المهام على الوجه المطلوب ينبغي توزيعها على أعضاء الفريق كل حسب مؤهلاته واختصاصاته حتى يساهم الجميع مساهمة فعالة وبناءة.

2. الأستاذ المكلف بالتنسيق:

بعد استشارة إدارة المؤسسة، ومفتش المادة، يكلف أعضاء الفريق البيداغوجي أحد الأساتذة للقيام بمهمة التنسيق. ويشترط في الأستاذ المنسق: الكفاءة والدينامية والخبرة والتجربة. ومن بين مهامه:

- ربط الصلة بين الفريق البيداغوجي للمؤسسة والهيئة الإدارية والتربوية وهيئة التأطير التربوي...
- كما يقوم سنويا- بمشاركة الفريق البيداغوجي - بدراسة وجرد الحاجيات من تجهيزات ومعدات وأدوات ديداكتيكية وغيرها.
- السهر على إعداد و بناء المشروعين البيداغوجي والرياضيللمؤسسة بتعاون مع كل من أعضاء الفريق البيداغوجي للمؤسسة و المشرف التربوي والإدارة التربوية
- السهر على تنفيذ المشاريع والمهام التربوية والرياضية المنوطة بالأساتذة؛
- تمثيل الفريق البيداغوجي للمؤسسة في المجلس الداخلي وفي جميع الاجتماعات ؛
- العمل على تدوين التقارير ومحاضر مختلف الاجتماعات وتبليغ المعلومات والنتائج لأعضاء الفريق في إطار التواصل والإخبار. للإشارة فإن مهام التنسيق تستدعي تخفيض جدول الحصص الخاص بالأستاذ المكلف بالتنسيق، وذلك بخصم قسم من الأقسام المسندة إليه. كما تجدر الإشارة إلى أن هذه المهام لن يتأتى القيام بها على أحسن وجه إلا إذا تضافرت جهود الجميع (إدارة، فريق بيداغوجي، جمعية آباء وأولياء التلاميذ، سلطات محلية...)

3.الوثائق البيداغوجية:

هي دعامة أساسية لمختلف الأطراف المعنية في العملية التعليمية- التعلمية وفي المنظومة التربوية ككل. فهي المحك الحقيقي لتعليم معقلن وممنهج ومنظم وواضح وهادف.

1.3. بالنسبة للفريق البيداغوجي للمؤسسة:

تتكون هذه الوثائق من:

- التوجيهات التربوية والبرامج الخاصة بالمادة؛
- المذكرات والدوريات والوثائق الخاصة بالمادة؛
- المشروعين البيداغوجي والرياضي للمادة.

2.3. بالنسبة للأستاذ:

تتألف هذه الوثائق من:

- التوجيهات التربوية والبرامج الخاصة بالمادة؛
- نسخة من المشروعين البيداغوجي والرياضي للمادة؛
- دفاتـر: التحاضير، والنصوص، والمراقبة والتقويم، والأنشطة الرياضية المدرسية.

3.3. بالنسبة للأستاذ المكلف بالتنسيق:

يضاف إلى الوثائق الخاصة بالأستـاذ:

- دفتر جرد المعدات والأدوات والمنشآت الرياضية؛
- سجل لتوثيق وتدوين البرامج والنتائج ومحاضر الاجتماعات؛
- ملف خاص بالجمعية الرياضية المدرسية.

4.3. بالنسبة للتلميذ: دفتـر التربية البدنية والرياضية

V. الجمعية الرياضية المدرسية

تعتبر حصص الجمعية الرياضية امتدادا طبيعيا بامتياز لحصص التربية البد نية والرياضية فبالرغم من أن هذه الحصص لا تعتبر مجالا لاستكمال برنامج مادة التربية البدنية والرياضية غير أنها تبقى دائما في إطار الأهداف المسطرة لهذه المادة من خلال الانفتاح على الموروث الثقافي للأنشطة الرياضية وتوظيف وتدبير مؤهلات التلميذ من أجل النجاعة الحركية فرديا وجماعيا وامتلاك الكفايات والمعارف من اجل متابعة التطور الشخصي والتخصص في مجال الأنشطة الرياضية

وهي أيضا مجال لتطوير الكفايات الرياضية والتربية على المواطنة من أجل بناء ثقافة رياضية حقيقية مما يستدعي الإشراك الفعلي، للتلاميذ وتحميلهم المسؤولية تدريجيا في التنظيم والأشراف على أنشطة الجمعية الرياضية بالمؤسسة التعليمية (تنظيم-تحكيم–تأطير- تدريب).

إن قوة أنشطة الجمعية الرياضية تكمن في الحيوية التي تخلق داخل المؤسسة، والتي تساهم في:

-تحسين وإغناء جودة ونوعية الحياة داخل المؤسسة.

-الإشعاع من خلال الاستعداد والمشاركة في مختلف مراحل البرنامج الوطني للنشاط الرياضي والنتائج المحصل عليها.

كما تساهم في تطوير وتنمية النشاط الرياضي بإتاحة الفرص أمام التلاميذ ذوي المؤهلات الرياضية للخلق والإبداع، وبالتالي تجعل المدرسة رافدا أساسيا كما كانت دائما لتطعيم الرياضة الوطنية ومدها باستمرار بالكفاءات والمواهب الرياضية.

1. أهداف الجمعية الرياضية المدرسية

تهدف الجمعية الرياضية إلى العمل على تحقيق:

*النهوض بالنشاط الرياضي داخل المؤسسات التعليمية.

*التعريف بأهداف ومزايا الأنشطة الرياضية المدرسية.

*إنماء روح المواطنة المسؤولة وروح العمل الجماعي والجمعوي عند التلاميذ من خلال إشراكهم الفعلي في مختلف الأنشطة.

*تحبيب الممارسة الرياضية عند التلاميذ وإعدادهم لتنظيم أوقاتهم لمزاولة مستديمة لنشاط رياضي.

*إتاحة الفرصة لأكبر عدد ممكن من التلاميذ لممارسة الأنشطة الرياضية واكتشاف الموهوبين منهم قصد توجيههم و صقل مواهبهم في رياضات معينة.

*انتقاء العناصر القادرة على تمثيل المؤسسة في مختلف التظاهرات الرياضية المدرسية.

*تكوين و تنمية الروح الرياضية السليمة المبنية على التنافس الشريف.

*إتاحة الفرصة للتعارف والتعاون و التآخي مع تلاميذ آخرين محليا أو جهويا أو وطنيا أو دوليا.

2. أنشطة الجمعية الرياضية المدرسية

1.2. أنشطة رياضة الكم

تزاول أنشطة رياضة الكم داخل المؤسسات التعليمية تحث إشراف ومسؤولية مكتب الجمعية الرياضية بالمؤسسة وتأطير مدرسي مادة التربية البدنية والرياضية وفق برنامج سنوي يتماشى والإمكانيات البشرية والمادية المتوفرة بالمؤسسة.

وتهدف إلى إدماج ومشاركة أكبر عدد ممكن من تلاميذ المؤسسة في ممارسة رياضية هادفة مسؤولة، ومنحهم الفرصة لإبراز وصقل مواهبهم ومؤهلاتهم الرياضية علاوة على تدريبهم على العمل الجماعي وروح المواطنة.

وحتى يتسنى إشراك أكبر عدد من التلاميذ، يقوم الفريق التربوي للمؤسسة بالإجراءات العملية التالية:

* بإحصاء الأقسام المستفيدة من حصص الجمعية الرياضية وتسطير مشروع رياضة الكم بوضع البرنامج السنوي لبطولة المؤسسة في مختلف الأنشطة المعتمدة بها

*تحديد الأدوار والمهام بين أعضاء الفريق التربوي حسب اختياراتهم وتخصصاتهم.

*توفير جوائز رمزية للتلاميذ والأقسام الفائزة.

و تعتبر أنشطة رياضة الكم مجالا خصبا لتدريب التلاميذ على تحمل المسؤولية تدريجيا في تنظيم الدوريات و البطولات بين أقسام المؤسسة وتحكيم المقابلات وتأطير الفرق.

2.2. أنشطة رياضة النخبة

تعتبر حصص رياضة النخبة تتويجا لأنشطة رياضة الكم حيث يتم انتقاء أحسن العناصر من بين التلاميذ الذين أبانوا عن مهارات رياضية عالية لتشكيل منتخبات المؤسسة ذكورا وإناثا في مختلف التخصصات الرياضية، ويتم تأطير هذه المنتخبات من طرف أعضاء الفريق التربوي للمؤسسة كل حسب تخصصه.

لتتبع ورعاية هذه المنتخبات يجب الحرص على:

*إعداد المشروع الرياضي للمؤسسة الخاص برياضة النخبة ترسل منه نسخة إلى مفتشية التربية البدنية والرياضية التي تتتبع أجرأته.

*توفير الظروف الملائمة.

* تحضير الحصص التدريبية في الدفتر الخاص بالجمعية الرياضية المدرسية.

*الإلتزام بالمشاركة الفعلية في مختلف المنافسات المدرجة في البرنامج الإقليمي للرياضة المدرسية.

3. المشروع الرياضي للمؤسسة

يتم إعداد المشروع الرياضي للمؤسسة في إطار مكتب الجمعية الرياضية للمؤسسة بتنسيق مع هيأة الإشراف التربوي حسب المراحل التالية:

*ضبط المعطيات المادية والبشرية المتوفرة لدى المؤسسة (المنشآت والأدوات الرياضية وموارد الجمعية وعدد الأساتذة وعدد التلاميذ وكذا إحصاء الأقسام المستفيدة من خصص الجمعية الرياضية...)

*تحديد البرنامج الرياضي للمؤسسة من خلال:

*تنظيم رياضة الكم و تسطير البرنامج السنوي لبطولة بين الأقسام.

*تنظيم و تسطير برنامج التداريب واللقاءات الرياضية لرياضة النخبة وتحديد مؤ طري المنتخبات.

*تقويم المشروع الرياضي في أخر الموسم الدراسي.

VI.البرنامج الوطني للتدريس

	3eme AC السنة الثالثة إعدادي	2eme AC السنة الثانية إعدادي	1ere AC السنةالاولى إعدادي
MODULES	❖ gestion des ressources personnelles en fonction de l'effort demandé ❖ mobilisation des ressources individuelles pour renforcer le projet du groupe	❖ adaptation des réponses motrices en fonction des changements des situations ❖ interaction positive avec les contraintes du milieu naturel et l'engagement effectif dans des stratégies collectives	❖ Coordination motrice et condition physique ❖ Exploitation de l'espace dans toutes ses dimensions
المجزوءات	• تدبير الموارد الذاتية حسب الجهد المطلوب • تعبئة الموارد الفردية لدعم مشروع المجموعة	• تكييف الإجابات الحركية حسب اختلاف الوضعيات التعليمية • التفاعل الإيجابي مع إكراهات المحيط الطبيعي و الانخراط الفعلي في إستراتيجيات جماعية	• التنسيق الحركي واللياقة البدنية • استغلال الفضاء في جميع أبعاده
OBJECTIF TERMINAL D'INTEGRATION (O.T.I	l'élève de la 3eme année doit pouvoir ajuster les éléments de l'acte moteur et l'adaptation aux différentes situations en fonction de ses exigences organisationnelles et réglementaires, et s'exercer sur la pratique des droits et devoirs pour réaliser un projet sportif individuel ou collectif.	l'élève de la 2eme année doit pouvoir ajuster l'énergie physique et la maitriser et fournir l'effort et l'orienter pour effectuer des réalisations coordonnées et organisées, et s'accoutumer a commander et a être commandé pour réaliser différents rôles.	l'élève la 1ere année doit acquérir une motricité correcte lui permettant de s'adapter aux exigences des situations (forme et rythme) et s'intégrer dans le groupe.
الهدف النهائي للإدماج	تمكن تلميذ السنة الثالثة إعدادي من ضبط مقومات التصرف الحركي والتكيف ومختلف الوضعيات وفق متطلباتها التنظيمية والقانونية، والتمرن على ممارسة الحقوق والواجبات لتحقيق مشروع رياضي فردي وجماعي.	تمكن تلميذ السنة الثانية إعدادي من ضبط الطاقة الجسدية والتحكم فيها وبدل المجهود وتوجيهه للقيام بأداءات منسقة ومنظمة والتعود على القيادة والتبعية السليمة للقيام بمختلف الأدوار .	تمكن تلميذ السنة الأولى من حركية سليمة تساعده على التكيف وفق متطلبات الوضعيات شكلا وإيقاعا وتحقيق الاندماج الجماعي.
SPORTS COLLECTIFS (*marquage- demarquage*)	l'élève de la 3eme année doit pouvoir participer dans la réalisation du projet collectif basé sur le passage rapide et adéquat de l'attaque à la défense pour gagner la rencontre.	l'élève de la 2eme année doit pouvoir gagner la rencontre par la réalisation de déplacements varies pour une progression avec la balle et un changement de rôle en fonction des situations proposées.	l'élève la 1ere année doit pouvoir conserver la balle et participer au jeu collectif pour gagner la rencontre.
ألعاب جماعية (الإعاقة و	تمكن تلميذ السنة الثالثة إعدادي من المساهمة في تحقيق مشروع جماعي يعتمد التحول السريع والمناسب بين الدفاع و الهجوم لكسب رهان المنافسة.	تمكن تلميذ السنة الثانية إعدادي من كسب رهان المنافسة بالقيام بتنقلات متنوعة قصد التقدم بالكرة وتبادل الأدوار وفق الوضعيات المقترحة .	تمكن تلميذ السنة الأولى إعدادي من المحافظة على الكرة والمشاركة في اللعب الجماعي من أجل كسب رهان المنافسة.

ATHLETISME	L'élève de 3eme année doit pouvoir gérer l'effort physique pour réaliser des prestations correctes et efficaces suivant ses exigences organisationnelles et réglementaires et réaliser un niveau de performance individuel et collectif.	L'élève de 2eme année doit pouvoir organiser les mouvements du corps et adapter les efforts pour consolider les habiletés et améliorer un niveau de performance.	L'élève de 1ere année doit pouvoir organiser les mouvements du corps et adapter les efforts pour construire de nouveaux repères afin de réaliser des performances individuelles et collectives générales et correctes.
ألعاب القوى	تمكن تلميذ السنة الثالثة إعدادي من تدبير المجهود البدني لإنجاز أداءات سليمة وفعالة وفق متطلباتها التنظيمية والقانونية وتحقيق مستوى من الانجاز الفردي أو الجماعي.	تمكن تلميذ السنة الثانية إعدادي من تنظيم حركات الجسم وتكييف المجهودات لتتبيث المهارات و تحسين مستوى من الإنجاز.	تمكن تلميذ السنة الأولى إعدادي من تنظيم حركات الجسم وتكييف المجهودات لبناء معالم جديدة لتحقيق إنجازات فردية وجماعية شمولية وصحيحة.
GYMNASTIQUE	L'élève de 3eme année doit pouvoir concevoir et réaliser un projet individuel sous forme sous forme d'enchaînement d'éléments gymniques devant le groupe classe, comprendre , expliquer et développer ses composantes en fonction des ses exigences organisationnelles techniques et réglementaires compose de : 2A 4B 1C	L'élève de 2eme année doit pouvoir maitriser, organiser son corps et prendre le risque pour présenter un enchaînement gymnique varie en éléments et en rythme devant le groupe classe .compose de : 3A 2B 1C	L'élève de 1ere année doit pouvoir se confirmer et s'adapter a des mouvements inhabituelles pour realiser un enchainement simples d'éléments gymniques devant le groupe classe ,compose de : 3A 2B 0C
الجمباز	تمكن تلميذ السنة الثالثة إعدادي من إعداد وإنجاز مشروع فردي (تسلسل حركي) أمام مجموعة القسم مع فهم وتفسير وتطوير مكوناته وفق متطلباته التنظيمية والتقنية والقانونية يتضمن: 2A 4B 1C	تمكن تلميذ السنة الثانية إعدادي من التحكم وتنظيم الجسم والمجازفة لتقديم تسلسل حركي متنوع الصور والإيقاعات أمام مجموعة القسم يتضمن: 3A 2B 1C	تمكن تلميذ السنة الأولى إعدادي من إثبات الذات والتأقلم مع حركات غير مألوفة لمجموعة الصور الحركية لتحقيق تسلسل مبسط أمام مجموعة القسم يتضمن : 3A 2B 0C
SPORTS COLLECTIFS	Rechercher le gain de la rencontre par une défense de terrain et l'orientation de la balle vers la zone avant, avant de la renvoyer.	Rechercher le gain de la rencontre par un déplacement et un placement adéquats pour un renvoi indirect de la balle vers le camp adverse et gagner le point.	Rechercher le gain de la rencontre par un déplacement et un placement adéquats pour défendre son camp et renvoyer la balle vers le camp adverse.
ألعاب جماعية (الإرجاع الكروي)	تمكن تلميذ السنة الثالثة إعدادي من كسب رهان المنافسة بحماية الملعب و توجيه الكرة إلى المنطقة الأمامية قبل إرجاعها.	تمكن تلميذ السنة الثانية إعدادي من كسب رهان المنافسة باستخدام التنقل و التموضع الملائمين لإرجاع الكرة إلى ملعب الخصم بطريقة غير مباشرة وإحراز النقطة.	تمكن تلميذ السنة الأولى إعدادي من كسب رهان المنافسة باستخدام التنقل و التموضع الملائمين للدفاع عن رقعة اللعب لإرجاع الكرة نحو ملعب الخصم.

VII.ملحقات

(الملحق رقم1)جدادة إعداد مشروع الحلقة

المجزوءات التعليمية:	مجموعة الأنشطة الرياضية	النشاط الرياضي المعتمد	المستوى الدراسي
*..... *.....	.....	.....	.....

الهدف النهائي للإدماج	Objectif terminal d'intégration(OTI)	.....
الكفايات المستهدفة	Compétences visées (a partir du module)	.....
الهدف النهائي للحلقة	Objectif terminal du cycle (OTC)	.....

المكتسبات المرتقبة	Acquisitions attendues	المعارف المهاراتية(العملية)	المعارف المفاهيمية	المعارف السلوكية
		.....	.....	.....

المقاطع التعليمية و أهدافها Séquences et objectifs	الحصص	الأهداف objectifs	حصيلة المقاطع bilans des séquences
2 أو 3 مقاطع (تحدد أهدافها و الحصص المكونة لها)	01	.....	.....
	02	.....	
	03	.....	
	04	.....	
	05	.....	
	06	.....	
	07	.....	
	08	.....	
	09	.....	
	10	.....	
	11	.....	
	12	.....	
الوضعية المرجعية	.....		

المجزوءات التعليمية modules d'enseignement	مجموعة الأنشطة الرياضية Famille d'APS	النشاط المعتمد APS support	المستوى الدراسي Niveau scolaire	رقم الحصة N0 séance	عدد التلاميذ Nombre d' élèves	الأدوات التعليمية matériel
....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

الهدف النهائي لادماج Objectif terminal d'intégration (OTI)	
الكفايات المستهدفة Compétences visées (à partir du module)	.....
الهدف النهائي للحلقة Objectif terminal du cycle (OTC)	.....
objectif de la séquence هدف المقطع التعليمي	.....
objectif de la séance هدف الحصة	.....

Etapes المراحل	Durée المدة	Contenu المحتوى
التمهيدية préparatoire	10 'إلى15'	.....
الأساسية Fondamentale	'35إلى45'	الهدف:but..... معايير النجاحcritères de réussite :..... معايير الإنجاز .de réalisation :..... شروط الإنجازconditions de réalisation :..... التعليماتconsignes :..... متغيرات التعديل:.....
الختامية Finale	5'إلى10'	.....
التقويم Evaluation	.....	

fiche de préparation de la leçon

جدادة تحضير الحصة الدراسية (الملحق رقم 2)

مديرية المناهج والحياة المدرسية
ملحقة للا عائشة، شارع شالة - حسان - الرباط☎ 0537278502 🖷 0537700628

(الملحق رقم 3) سلم تنقيط ألعاب القوى

1ere année college / GARCONS							1ere année college / FILLES					
Note/20	1000m	Lancer de poids (4 kg)	Course de vitesse (80m)	Triple saut	Saut en longueur	Saut en hauteur	600m	Lancer de poids (3 kg)	Course de vitesse (80m)	Triple saut	Saut en longueur	Saut en hauteur
	en mn	en cm	en sec	en cm	en m	en cm	en mn	en cm	en sec	en cm	en m	en cm
6.00	3.40	809	10.06	960	3.9	125	2.17	724	8.9	775	3.44	105
5.70	3.48	764	11	925	3.75	120	2.25	684	9.2	740	3.3	100
5.40	3.56	719	11.4	890	3.6	115	2.33	644	9.5	705	3.16	95
5.10	4.04	674	11.8	855	3.45	110	2.41	604	9.8	670	3.02	90
4.80	4.12	629	12.2	820	3.3	105	2.49	564	10.1	635	2.88	85
4.50	4.20	584	12.7	785	3.15	100	2.57	524	10.4	600	2.74	80
4.20	4.28	539	13.1	750	3	95	3.05	484	10.7	565	2.6	75
3.90	4.36	494	13.5	715	2.85	90	3.13	444	11	530	2.46	70
3.60	4.44	454	13.9	690	2.7	86.5	3.21	409	11.3	505	2.32	67
3.30	4.52	414	14.3	665	2.55	83	3.29	374	11.6	480	2.18	64
3.00	5.00	374	14.8	640	2.4	79.5	3.37	339	11.9	455	2.04	61
2,70	5.08	354	15.2	615	2.25	76	3.45	314	12.2	430	1.9	58
2.40	5.16	334	15.6	590	2.1	72.5	3.53	289	12.5	405	1.76	55
2.10	5.24	314	16	565	1.95	69	4.01	264	12.8	380	1.62	52
1.80	5.32	294	16.4	540	1.8	65.5	4.09	239	13.1	355	1.48	49
1.50	5.40	274	16.8	515	1.65	62	4.17	214	13.4	330	1.34	46
1.20	5.48	254	17.3	490	1.5	58.5	4.25	189	13.7	305	1.2	43
0.90	5.56	234	17.7	465	1.35	55	4.33	164	14	280	1.06	40
0.60	6.04	214	18.1	440	1.2	51.5	4.41	139	14.3	255	0.92	37
0.30	6.12	194	18.5	415	1.05	48	4.49	114	14.6	230	0.78	34

Note / 6	2eme annee college / GARCONS						2eme annee college / FILLES					
	1000m	Lancer de poids(4 kg)	Course de vitesse(80m)	Triple saut	Saut en longueur	Saut en hauteur	600m	Lancer de poids (3 kg)	Course de vitesse (80m)	Triple saut	Saut en longueur	Saut en hauteur
	en mn	en cm	en sec	en cm	en m	en cm	en mn	en cm	en sec	en cm	en m	en cm
6.00	6.1	871	10.6	965	4.17	130	4.47	749	8.8	786	3.34	110
5.70	6.02	821	11	930	4.02	125	4.39	709	9.1	751	3.2	105
5.40	5.54	771	11.4	895	3.87	120	4.31	669	9.4	716	3.06	100
5.10	5.46	721	11.8	860	3.72	115	4.23	629	9.7	681	2.92	95
4.80	5.38	671	12.2	825	3.57	110	4.15	589	10	646	2.78	90
4.50	5.3	621	12.7	790	3.42	105	4.07	549	10.3	611	2.64	85
4.20	5.22	571	13.1	755	3.27	100	3.59	509	10.6	576	2.5	80
3.90	5.14	521	13.5	720	3.12	95	3.51	469	10.9	541	2.36	75
3.60	5.06	481	13.9	695	2.97	91.5	3.43	434	11.2	516	2.22	72
3.30	4.58	441	14.3	670	2.82	88	3.35	399	11.5	491	2.08	69
3.00	4.5	401	14.8	645	2.67	84.5	3.27	364	11.8	466	1.94	66
2,70	4.42	381	15.2	620	2.52	81	3.19	339	12.1	441	1.8	63
2.40	4.34	361	15.6	595	2.37	77.5	3.11	314	12.4	416	1.66	60
2.10	4.26	341	16	570	2.22	74	3.03	289	12.7	391	1.52	57
1.80	4.18	321	16.4	545	2.07	70.5	2.55	264	13.0	366	1.38	54
1.50	4.1	301	16.8	520	1.92	67	2.47	239	13.3	341	1.24	51
1.20	4.02	281	17.3	495	1.77	63.5	2.39	214	13.6	316	1.1	48
0.90	3.54	261	17.7	470	1.62	60	2.31	189	13.9	291	0.96	45
0.60	3.46	241	18.1	445	1.47	56.5	2.23	164	14.2	266	0.82	42
0.30	3.38	221	18.5	420	1.32	53	2.15	139	14.5	241	0.68	39

Note/20	3eme annee college / GARCONS						3eme annee college / FILLES					
	1000m	Lancer de poids(4 kg)	Course de vitesse(80m)	Triple saut	Saut en longueur	Saut en hauteur	600m	Lancer de poids (3 kg)	Course de vitesse (80m)	Triple saut	Saut en longueur	Saut en hauteur
	en mn	en cm	en sec	en cm	en m	en cm	en mn	en cm	en sec	en cm	en m	en cm
6.00	5.55	958	10.1	972	4.34	135	4.46	755	8.8	805	3.43	115
5.70	5.47	908	10.6	937	4.19	130	4.38	720	9.1	770	3.29	110
5.40	5.39	858	11	902	4.04	125	4.3	685	9.4	735	3.15	105
5.10	5.31	808	11.4	867	3.89	120	4.22	650	9.7	700	3.01	100
4.80	5.23	758	11.8	832	3.74	115	4.14	615	10	665	2.87	95
4.50	5.15	708	12.2	797	3.59	110	4.06	580	10.3	630	2.73	90
4.20	5.07	658	12.6	762	3.44	105	3.58	545	10.6	595	2.59	85
3.90	4.59	608	13	727	3.29	100	3.5	510	10.9	560	2.45	80
3.60	4.51	568	13.4	702	3.14	96.5	3.42	475	11.2	535	2.31	77
3.30	4.43	528	13.8	677	2.99	93	3.34	440	11.5	510	2.17	74
3.00	4.35	488	14.2	652	2.84	89.5	3.26	405	11.8	485	2.03	71
2,70	4.27	468	14.6	627	2.69	86	3.18	380	12.1	460	1.89	68
2.40	4.19	448	15	602	2.54	82.5	3.1	355	12.4	435	1.75	65
2.10	4.11	428	15.4	577	2.39	79	3.02	330	12.7	410	1.61	62
1.80	4.03	408	15.9	552	2.24	75.5	2.54	305	13.0	385	1.47	59
1.50	3.55	388	16.3	527	2.09	72	2.46	280	13.3	360	1.33	56
1.20	3.47	368	16.7	502	1.94	68.5	2.38	255	13.6	335	1.19	53
0.90	3.39	348	17.1	477	1.79	65	2.3	230	13.9	310	1.05	50
0.60	3.31	328	17.5	452	1.64	61.5	2.22	205	14.2	285	0.91	47
0.30	3.23	308	17.9	427	1.49	58	2.14	180	14.5	260	0.77	44

Annexe 4 الملحق رقم

La notation en gymnastique se fait sur la base de :

		1ere A. C	2eme A. C	3ème A.C
Difficultés		**6**	**6**	**6**
Composition	**Exigences spécifiques**	**1.50**	**1.50**	**1.50**
	Qualite d' enchainement	**4.50**	**3.50**	**2 .50**
Exécution		**2**	**2**	**2**
Note finale (connaissances procédurales)		**14**	**13**	**12**

1) **La difficulté (voir tableau ci-dessous = 6 points) :**

1AC : 3A 2B 0C (3 x 1 + 2 x 1.5 = 6 points)
2AC : 3A 2B 1C (3 x 0.75 + 2 x 1 + 1 x 1.75 = 6 points)
3AC : 2A 4B 1C (2 x 0.5 + 4 x 0.75 + 1 x 2 = 6 points)

Lorsqu'une difficulté est manquante, elle peut être partiellement remplacée par une difficulté inférieure (dans ce cas, elle vaut 0.25points).
Une difficulté supérieure peut remplacer une difficulté inférieure

2) **La composition:**

a – exigences spécifiques (1,5 point)

L'élève doit choisir trois familles différentes parmi les huit figurants sur le tableau des difficultés. Pour chaque famille présentée il obtient 0.5 point.

b- enchainement (variable suivant le niveau scolaire)

L'élève doit réaliser un enchainement d'éléments gymniques dans une suite logique et harmonieuse : agencement des elements, rythme, amplitude et aisance

3) **L'exécution (2points):**

L'exécution peut être notée suite à une appréciation analytique ou globale:

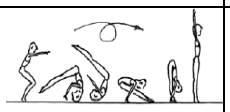
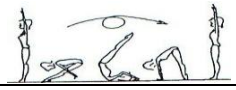
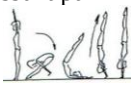
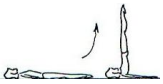
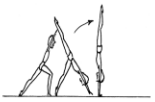
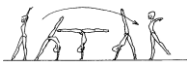
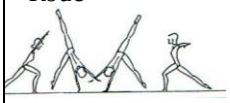
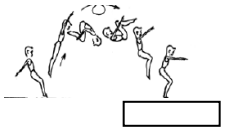
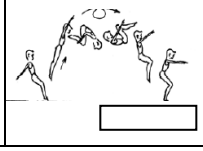
Appréciation analytique : Petite faute = 0.1 point
Faute moyenne = 0.2 point
Faute grossière = 0.3 point
Chute = 0.5 point

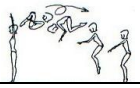
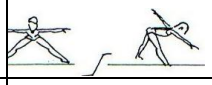
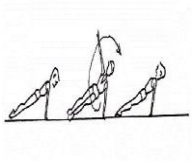
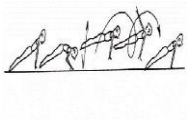
Le cumul des déductions est retranché de la note maximale d'exécution.

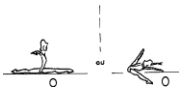
Appréciation globale :

Parfaite exécution = 1/1 de la note maximale d'exécution (Pas de fautes d'exécution);
Bonne exécution = 3/4 de la note maximale d'exécution (Très peu de fautes d'exécution);
Exécution moyenne = 1/2 de la note maximale d'exécution (Quelques fautes d'exécution);
Exécution faible = 1/4 de la note maximale d'exécution (Beaucoup de fautes d'exécution);
Très faible exécution = 0. (Beaucoup de fautes d'exécution et de chutes).

Tableau des difficultés par famille

3eme AC →		**0,50**	**0,75**	**2,00**		
2eme AC →		**0,75**	**1,00**	**1,75**		
1ere AC →		**1,00**	**1,50**			
Familles ou catégories et definitions	***Cellules ou sous-catégories***	***A***	***B***	***C***	***D***	***E***
Roulements *Type roulade avant. De larges superficies du corps sont en contact progressif avec le sol.*	Avant	*Groupé 	*Jambes écartées 	 *Jambes serrées tendues	*Elevé corps carpé	 *Elevé corps tendu
	Arrière	*Groupé 	*Jambes écartées tendues 	*A l'appui semi renversé jambes serrées tendues 	* A l'appui proche de l'ATR	* A l'appui en passant par l'ATR 
	Latéral (Départ et retour à genoux)	*Groupé	*Jambes écartées tendues	*Jambes écartées tendues et ½ T		
Renversements *Type roue, saut de mains, etc. Passage de l'appui podal à l'appui manuel ou céphalique et retour à l'appui podal.*	Simple	*Poirier (élévation jbes pliées). *Chandelle  *Placement du dos jambes pliées	*Placement du dos jambes tendues * ATR à la station debout 	*Poirier (élévation jbes tendues) *ATR ¼ de valse *ATR roulade avant	* Du Poirier à l'ATR jambes pliées *ATR ½ valse	*Du Poirier à l'ATR jambes tendues.  *ATR valse (1/1)
	Avant		*ATR pont avant	*Souplesse avant 	 *Saut de mains *Saut de tête *Saut de nuque	*Flic avant
	Arrière		*Pont arrière départ debout	*Pont arrière à la station debout	*Souplesse arrière 1 jambe 	*Flic flac (avec ou sans tapis de chute) 
	Latéral		*Roue 	*Roue d'une main *Rondade extension 	*Roue arabe *Roue sautée	
Rotations *Type salto avant, arrière, latéral, pirouette, etc. L'exercice commence en appui podal et finit en appui podal après une rotation sans autre appui. Les salti ne doivent être réalisés qu'en présence de*	Avant			*Salto avant avec tremplin et tapis de chute 	*Salto avant avec tapis de chute 	*Salto avant 

conditions de sécurité appropriées	Arrière			*Salto arrière avec tremplin, tapis de chute et aide 	*Salto arrière avec tremplin, tapis de chute et parade 	*Salto arrière avec ou sans tremplin et tapis de chute 
	Latérale				*Roue sans mains avec tremplin	*Roue sans mains
	Longitudinale	½ pirouette	Course ½ pirouette	Pirouette	Course et pirouette	Course et 1,5 pirouette
Attitudes 2" *Type planche faciale, équilibre fessier, équerre, etc. Divers appuis maintenus deux secondes sur une ou plusieurs parties du corps*	Appui podal	Planche écrasée 	Planche jambe horizontale 	Planche latérale	Planche jambe > 45°	**Y** 
	Appui manuel	*Equerre jbes jointes	*Equerre jbes écartées (bras entre les jambes)		* Equerre renversée jbes écartées	ATR tenue 2"
	Appuis quadrupédiques	*Appui ventral à l'appui facial	*Appui facial et ½ t à l'appui dorsal 	*Appui ventral répulsion ½ t à l'appui dorsal	*Appui ventral répulsion 1/1 t à l'appui facial 	*Debout chute faciale et répulsion 1/1 t à l'appui facial
	Autres formes	*Equilibre fessier jambes pliées	* Equilibre fessier jbes tendues			*Appui mains et 1 pieds, la jambe libre est verticale
Mouvement de Force *Type ATR en force, etc. Divers passages de l'appui quadrupédique à l'ATR, au poirier, etc. Le passage d'une position à l'autre se fait lentement et en force.*		*Monter au poirier lentement jbes Pliées	*Monter au poirier lentement jbes tendues	*Monter à l'ATR lentement bras et jbes pliés	*Monter à l'ATR lentement bras pliés et jbes tendues	*Monter à l'ATR lentement bras et jambes tendus

Mouvement de souplesse *Type écrasement facial, grand écart, etc. Tout mouvement qui démontre une flexibilité articulaire maximale et particulièrement les mouvements sollicitant les ceintures scapulaire et pelvienne.*	Ceinture scapulaire		Pont 	Pont sur une jambe	Pont sur une jambe et l'autre vertical	
	Ceinture pelvienne	*Fermeture jambes tronc partielle	*Fermeture jambes tronc totale	*Ecrasement facial * Grand écart costal 	*Grand écart facial	
Chorégraphie *Rubrique très variée incluant soit des mouvements de danse ou des mouvements de liaisons. (Pas, sauts, pivots, ondes du corps, passages au sol, etc.).*	Pas	*Pas simples	*Pas avec mouvements de bras	*Pas et mouvements de bras complexes		
	Sauts	*Saut groupé 	*Saut carpé jambes écartées. *Saut de chat Saut de biche	*Saut groupé ½ tour. *Saut enjambé gde amplitude	*Saut carpé jbes serrées. *Saut enjambé très gde amplitude *Saut tournant	*Saut carpé jambes serrées ½ T. *Saut changement de jambes.
	Pivots	*1/2 t jambe libre pliée	*1/2 t jambe libre tendue	*tour jambe libre pliée	*1 t jambe libre tendue	1 ½ t
	Onde du corps	*Statique	*En déplacement	*Statique avec ½ t	*En déplacement et ½ tour	*En déplacement et ½ tour combiné avec action des bras
Autres *Les mouvements giratoires tels que les cercles d'une jambe ou des deux jambs.*	Mouvements giratoires		*1 Cercle d'une jambe 	*2 Cercles d'une jambe 	*3 cercles d'une jambe	*1 cercle des 2 jambes