

سياسة التربية البدنية والرياضة المدرسية

Physical Education & School Sports Policy

مدرسة أكاديمية الإمارات العلمية

2026/2025

إدارة المدرسة ،،،



سياسة التربية البدنية والرياضة المدرسية

■ مقدمة

بقاء الطالب نشيطاً بدنياً ومتعلماً يساهم في تعزيز صحته ورفاهيته وثقته وكفاءته ومهاراته وسلوكياته التي تجعله نشيطاً مدى الحياة. و دور المدرسة هو تعزيز النشاط البدني ومحو الأمية من خلال التربية البدنية كما تعتبر الرياضة أمراً بالغ الأهمية لأن أول تعرض للطلاب إلى الرياضة نظامياً يكون في المدرسة. تحدد هذه السياسة المتطلبات الأساسية لخلق ثقافة ممارسة النشاط البدني في المدرسة.

■ الهدف

- تحديد الحد الأدنى من المتطلبات لتوفير التربية البدنية والرياضة المدرسية لجميع الطلاب.
- تعزيز قيمة البقاء نشطاً للطلاب على طول اليوم المدرسي من خلال النشاط البدني المنظم وغير المنظم.
- وضع سياسة داخلية وإطار عمل للتعريف بالتربية البدنية والذي يمكن أن يركز عليه برنامج التربية البدنية والرياضة المدرسية.
- التأكد من أن التربية البدنية والرياضة المدرسية تلبي الاحتياجات الفردية لجميع الطلاب، بما في ذلك الطلاب ذوي الاحتياجات التعليمية الإضافية والطلاب الموهوبين و/أو الموهوبين.
- تحديد متطلبات أهلية المعلمين للقيام بتعليم وتقديم التربية البدنية والرياضة المدرسية.
- تحديد الحد الأدنى من العناصر المطلوبة في مناهج التربية البدنية في المدرسة تربوياً وما يخص التقييم.

■ السياسة

✓ **متطلبات السياسة:** تقوم الأكاديمية بتطوير وتنفيذ ومراقبة وتقييم ومراجعة سياسة التربية البدنية والرياضة المدرسية والتي تتضمن العناصر التالية:

- تحدد رؤية المدرسة ورسالتها وإستراتيجيتها وأهدافها في مدى تعزيز الصحة البدنية للطلاب.
- توضيح كيفية تنفيذ السياسة في الأكاديمية من خلال منهاج التربية البدنية في المدرسة.
- تحديد استراتيجية المدرسة لتحقيق هدف انخراط كل طالب بمتوسط لا يقل 30 دقيقة يومياً من النشاط البدني من خلال التربية البدنية والرياضة المدرسية.
- تعزيز الوعي بأهمية النشاط البدني والصحة لجميع أعضاء المجتمع المدرسي (الموظفون، الطلاب، أولياء الأمور، الخ) وتحديد أدوارهم في تحقيق أهداف السياسة.

✓ **ابق نشطاً:** النشاط الشامل: توفر المدرسة الفرص للطلاب ليكونوا نشطين طوال اليوم الدراسي للوصول إلى الهدف المتمثل في متوسط 30 دقيقة على الأقل لكل يوم مدرسي داخل بيئة المدرسة وينبغي أن يشمل ذلك:

- فرص للطلاب ليكونوا نشيطين أثناء فترات الراحة والاستراحة بأمان مع مساحات للنشاط البدني، وتوفير المعدات والأدوات اللازمة للانخراط في النشاط البدني الرسمي وكذلك النشاط البدني شبه الرسمي.
- فترات راحة قصيرة ومتكررة للأنشطة أثناء الحصص الدراسية للسماح للطلاب بالاسترخاء حيثما أمكن، رفع معدلات ضربات القلب وإشغال عضلاتهم الأساسية.
- المشاركة مع جميع أعضاء المجتمع المدرسي لزيادة الوعي بالرياضة على نطاق أوسع داخل المجتمع المدرسي.
- الاهتمام بالطلاب الذين تم تصنيفهم على أنهم الأقل نشاطاً، دون المخاطرة بتوفير دعم إضافي لزيادة مستويات نشاطهم البدني وانخراطهم على نطاق أوسع في التربية البدنية والرياضية.

✓ **الشمولية:** المشاركة الشاملة: توفر الأكاديمية فرص المشاركة بجودة عالية في التربية البدنية والرياضة المدرسية لجميع الطلاب.

1. في حال حد الطالب ضمن نشاط رياضي معين يمكن تعويضه بنشاط مكافئ في حصة التربية البدنية على سبيل المثال، قائد للفريق، أو حكم مباراة أو حارس.
2. التأكد من قيام معلمي التربية البدنية بإجراء تعديلات معقولة على التربية البدنية ومحتوى الدرس والموارد لتمكين جميع الطلاب من تحقيق التقدم نحو الأهداف الواردة في المنهج المدرسي، والتي ينبغي أن تتضمن توصيات محددة لدعم التعلم في مادة التربية البدنية.
3. الطلاب ذوي الاحتياجات التعليمية الإضافية والموهوبين و/أو الطلاب الموهوبين يجب أن يتمتعوا بنفس الفرص التي يتمتع بها أقرانهم والمشاركة في التربية البدنية والرياضات المدرسية، بما في ذلك المشاركة والمنافسة في الألعاب الرياضية داخل المدرسة وبين المدارس عند الاقتضاء.

✓ **الاعتبارات المتعلقة بالجنسين:** اعتبارات النوع الاجتماعي: تتبع المدرسة متطلبات النوع الاجتماعي المدرجة في سياسة دائرة التعليم والمعرفة الخاصة بالتعليم المختلط.

✓ **محو الأمية البدنية:** إطار عمل محو الأمية البدنية: تفعيل إطار محو الأمية البدنية الذي يصف النتائج الجسدية والاجتماعية والمعرفية والنفسية فيما يتعلق بحركة الطلاب (بجميع الأعمار ومراحل النمو) كما هو موضح أدناه:

1. **الاستمتاع:** "أحب ممارسة الرياضة أو النشاط"
2. **الثقة:** "أشعر بالثقة عند ممارسة الرياضة أو ممارسة الرياضة"
3. **الكفاءة:** "أجد الرياضة والتمارين الرياضية سهلة"
4. **المعرفة:** "أعرف لماذا تعتبر التمارين الرياضية مفيدة بالنسبة لي، وكيف أحصل عليها بالمشاركة وتحسين مهاراتي"
5. **الفهم:** "أفهم كيفية تطبيق مهاراتي ومعرفتي بالرياضة لتعلم أنواع جديدة من التمارين لابقى نشيطاً طوال حياتي"

- تستخدم المدرسة إطار عمل محو الأمية البدنية الخاص بها لدعم معلمي التربية البدنية في تخطيط مناهج التربية البدنية وحصص الرياضة المدرسية على التوالي.

- يعبر معلمي التربية البدنية في المدرسة الاهتمام بالطلاب، مع التأكد من أن التخطيط لذلك يكون ضمن الإطار الذي يناسب المرحلة الدراسية والفئة العمرية لدعم تطويره.
- تخلق المدرسة قنوات للتواصل مع الطلاب وأولياء الأمور لغرض التوعية بأهمية التربية البدنية والرياضة المدرسية ودورها في دعم تنمية الثقافة البدنية لدى الطلاب.

✓ التنافسية:

النزاهة الرياضية والمنافسة الصحية والقيم: سياسة الأكاديمية الخاصة بالتربية البدنية والرياضة المدرسية توضح نهجها في تعزيز وتنمية روح النزاهة الرياضية والمنافسة الصحية، المرتكزة على قيم الإصرار والمرونة والاجتهاد، الصدق والعاطفة والروح الرياضية والاحترام والثقة بالنفس والاستقلالية والعمل الجماعي.

1. الفرص التنافسية

توفير الفرص لجميع الطلاب للمشاركة في المنافسة من خلال التربية البدنية أو الرياضة المدرسية عبر:

- a. المسابقات داخل المدرسة، والتي ينبغي أن تعرف جميع الطلاب على فوائد الاستمتاع بالمشاركة والمنافسة في الألعاب الرياضية.
- b. المسابقات بين المدرسة والمدارس الأخرى، والتي ينبغي أن توفر الفرص لجميع الطلاب للمشاركة فيها.

2. يجب أن تكون المسابقات للجميع، وليس فقط للموهوبين، ويجب أن تكون مصممة لتكون شاملة قدر الإمكان لجميع الطلاب من خلال:

- a. تكييف المسابقات لجعلها أسهل أو أكثر تحديًا.
- b. تشمل المسابقات التي توفر تنسيقات إضافية لزيادة المشاركة في الرياضة.

3. أن تتيح المدرسة للطلاب فرصة المشاركة في جميع المسابقات التي تنظمها دائرة التعليم والمعرفة أو الجهات الحكومية الأخرى.

✓ تحديد وتنمية ودعم الطلاب الموهوبين و/أو المتفوقين

- تقوم المدرسة بعمل إجراءات تعديلات معقولة على تجربة التربية البدنية للموهوبين و/أو الطلاب الموهوبين لتزويدهم بالتحديات الكافية.
- تتعامل مع هياكل المنافسة المتاحة لتقديم كل شيء للطلاب، بما في ذلك الطلاب الموهوبين و/أو الموهوبين، الفرصة وإتاحة الفرصة للتنافس مع أقرانهم وتطوير مواهبهم بشكل أكبر.
- تتواصل المدرسة مع الأندية الرياضية المحلية أو الاتحادات الرياضية الوطنية من أجل توفير، حيثما أمكن، تحديد المواهب وأماكن المسابقات.
- تدرك المدرسة وجود مسارات المواهب للطلاب ذوي احتياجات التعلم الإضافية وتقديم الدعم، حيثما أمكن ذلك، لضمان ذلك فهم قادرون على الوصول إلى هذه المسارات.

✓ معلمو التربية البدنية:

الأهلية: توظف المدرسة معلمي التربية البدنية المؤهلين الذين يستوفون الأهلية ومتطلبات معلم المادة وفقًا لسياسة أهلية الموظفين في دائرة التعليم والمعرفة وسياسة حماية الطالب.

التطوير المهني المستمر (CPD): التأكيد من أن معلمو التربية البدنية يتلقون تطويراً مهنياً مستمراً لتحسين أصول التدريس والمهارات، وتغطية أي متطلبات أخرى.

✓ الصحة والسلامة:

الصحة والسلامة في التربية البدنية والرياضة المدرسية: تعتمد المدرسة إرشادات بشأن الحد الأدنى من المعايير في صحة الطلاب وسلامتهم، بما في ذلك الممارسات المحددة في التربية البدنية والرياضة المدرسية، والتأكد من حصول جميع الموظفين على تدريب إلزامي منتظم.

- يجب على معلمي التربية البدنية التوقيع على إقرارات المدرسة بشأن حماية الطالب والحصول على دورات تدريبية في ذلك.
- يجب على معلمي ومدربي التربية البدنية الاحتفاظ بسجلات دقيقة للصحة والسلامة لجميع الحوادث والإجراءات التي تحدث أثناء التربية البدنية والرياضة المدرسية.
- وجود خطة واضحة للتعامل مع الحوادث، بما في ذلك متى وكيفية إشراك موظفين متخصصين مثل المسعف الأول.
- إجراء تقييمات المخاطر على أي أنشطة جديدة مطلوبة، ويجب فحص المعدات (الثابتة والمحمولة) وصيانتها بانتظام وتكون مناسبة لحجم الطالب وقدراته.
- فحص مرافق المدرسة بشكل دوري للتأكد من خلوها من المخاطر وأمنة للاستخدام مع عملية واضحة للإبلاغ وتصحيح المناطق غير الآمنة وفقاً لسياسة الصحة والسلامة الخاصة بدائرة التعليم والمعرفة.
- التأكد من أن معلمي التربية البدنية على دراية بمتطلبات الطلاب من الحالات الطبية التي يمكن أن تتأثر من خلال الانخراط في التربية البدنية والرياضة المدرسية، خاصة إذا كان الطلاب يشاركون في الفعاليات التي تتم خارج المدرسة أو خارج ساعات الدراسة العادية، حيث الوصول إلى ممرضة المدرسة محدود.
- يجب ألا تمنع الظروف الطبية مشاركة الطالب بشكل دائم في التربية البدنية والرياضة المدرسية ويجب تعديل محتوى الأنشطة أو تعديل المعدات المستخدمة، حيثما أمكن ذلك، لتقليل مخاطر الإصابة.
- تقييم الظروف الجوية (الحرارة، الرطوبة، الرياح، جودة الهواء) قبل كل نشاط لتحديد ما إذا كان ينبغي المضي قدماً في النشاط أم لا وما هي التعديلات التي يتعين القيام بها.
- التأكد من حصول الطلاب على السوائل بانتظام وإمكانية الوصول إلى السوائل قبل وأثناء وبعد الأنشطة.
- اعتماد تدابير للحماية من أشعة الشمس مثل ضمان كفاية فرص الظل واعتماد السياسات المدرسية ذات الصلة (على سبيل المثال، المتطلبات/الاقتراحات المتعلقة بالقبعات وواقي الشمس وما إلى ذلك).
- إظهار المرونة في الطقس الحار/الرطب من خلال السماح للطلاب باختيار ارتداء زي PE بدلاً من الزي الرسمي (قد يكون ذلك أكثر سمكاً وأطول و/أو أكثر طبقات).

✓ مناهج وطرق تدريس تقييم التربية البدنية والرياضة المدرسية

1. منهج التربية البدنية: تطور المدرسة وتنفذ وتراجع منهج مكتوب يحدد مجموعة تدريجية من النتائج المرغوبة عبر جميع مجالات التربية البدنية على المستوى الرئيسي نقاط في تنمية الطالب.
 - تقوم المدرسة بتعليم وتطوير وتقييم التقدم والتحصيل بشكل واضح عبر مجموعة كاملة من النتائج المحددة في مناهجهم الدراسية (البدنية، الاجتماعية والمعرفية والنفسية)، بما في ذلك تعزيز تنمية كل من:

- A. المهارات: المهارات الحركية الأساسية، والمهارات الخاصة بالنشاط، والمهارات الحياتية.
- B. المعرفة والفهم: المعرفة الخاصة بالنشاط والفهم، فضلاً عن فوائد ومكونات صحية ونمط الحياة النشط (مثل الرفاهية والتغذية والنوم والصحة العقلية).
- C. القيم والسلوكيات: العزم، والمرونة، والاجتهاد، والصدق، العاطفة، الروح الرياضية، الاحترام، الثقة بالنفس، الاستقلال، العمل الجماعي، إلخ.
2. ضمان التخطيط التدريجي لدروس لطلاب لبناء اللياقة البدنية محو الأمية بطريقة منهجية، بما يتماشى مع منهج التربية البدنية في المدرسة.
3. تطوير التقييمات المناسبة لقياس أداء الطالب في التربية البدنية. والاستفادة من النتائج لتوضيح الخطوات للطلاب لحاجتهم إلى إحراز تقدم ومساعدة المعلمين على التخطيط لهذه الخطوات.
4. استخدام الأساليب التربوية واللغة الشاملة (باستخدام مصطلحات مثل "التحرك" و"السفر" و"الإرسال" و"الاستلام" بدلاً من "الاستلام" و"الجري" و"القفز" و"الالتقاط" و"الرمي" على التوالي).

✓ **الحد الأدنى من وقت التربية البدنية في الأسبوع:** توفير ما متوسطه 60 دقيقة على الأقل من التربية البدنية التي تم تدريسها وجدولها الزمني أسبوعياً على مدار العام الدراسي لجميع الطلاب (بهدف توفير 120 دقيقة من التدريب البدني أسبوعياً، كلما أمكن ذلك).

- a. تكون غالبية التربية البدنية مخصصة لممارسة النشاط البدني الفعلي (الممارسة)، متوازنة مع التعلم الأقل نشاطاً بدنياً (الانخراط في "وقت التوقف عن العمل"، والتعرف على القواعد والنظرية، وما إلى ذلك).
- b. يُسمح أحياناً بتقليل الحد الأدنى من وقت التربية البدنية أسبوعياً لفعاليات وأحداث مثل فترات الامتحانات والظروف الجوية السائدة.
- c. تكون حصص التربية البدنية لطلاب رياض الأطفال والحلقة الأولى أقصر وأكثر تكراراً لتعظيم تقدمهم وإنجازهم (أقل أهمية بالنسبة للطلاب الأكبر سناً).

✓ **المرافق الرياضية المدرسية**

تعمل المدرسة جنيماً إلى جنب مع شركاء في المجتمع المحلي لتقديم الاستخدام الآمن والمناسب للمرافق المدرسية للاستخدام المجاني أو الإيجار (لتعظيم الاستفادة منها). الاستخدام والتأثير في تعزيز النشاط البدني بشكل فعال في المجتمع الأكبر).

التأكد من أن الشركاء الخارجيين على دراية بسياسات دائرة التعليم والمعرفة ذات الصلة وأنهم وقعوا جميعاً على سياسة حماية الطلاب بالمدرسة.

✓ **المراقبة والتقييم**

تقوم المدرسة بتطوير ومراقبة المؤشرات الداخلية لتقييم مدى فعالية هذه المؤشرات سياسة التربية البدنية والرياضة المدرسية وأيضاً الإبلاغ عن المؤشرات أدناه إلى دائرة التعليم والمعرفة بالإضافة إلى أي بيانات أخرى كما هو مطلوب:

تقوم المدرسة بتطوير طريقة لمراقبة متوسط معدل النشاط البدني للطلاب في اليوم كمؤشر وتقرير المؤشر الفعلي المحسوب، والطريقة المستخدمة، وفعاليتها.

تقوم المدرسة بمراقبة توفيرها للتربية البدنية والإبلاغ عن متوسط عددها الدقائق يتم تدريسها أسبوعياً على مدار العام الدراسي لجميع الطلاب.

تقوم المدرسة بمتابعة مشاركة الطلاب في جميع الأحداث الرياضية اللامنهجية والأنشطة والمسابقات وما إلى ذلك، من خلال الاحتفاظ بقائمة الطلاب لكل منها.

بالإضافة إلى ذلك تتتبع المدرسة مشاركة الطلاب مع إضافية احتياجات التعلم ومقارنة مستويات مشاركتهم مع مستويات المشاركة لدى الجميع أعضاء المجتمع المدرسي بالكامل.

إدارة المدرسة ،،،

