

محتويات الكتاب

٥	إهداء
٧	تقديم بقلم الأستاذ الدكتور/ جابر عبد الحميد
	الباب الرابع
٢٥	التربية البدنية كمهنة
٢٧	الفصل الأول: الأصول المهنية للتربية البدنية والرياضة:
٢٩	- مهنة التربية البدنية والرياضة:
٣٠	* مفهوم المهنة فى التربية البدنية والرياضة.
٣١	* نشأة مهنة التربية البدنية والرياضة.
٣٣	* هل التربية البدنية والرياضة مهنة؟.
٣٥	- المعايير المهنية فى التربية البدنية والرياضة.
٣٥	* الكفاية المهنية الخاصة.
٣٦	* البصيرة النظرية.
٣٧	* الاحتراف وخدمة المجتمع.
٣٩	- خصائص المهنة فى التربية البدنية والرياضة.
٣٩	* قائمة فلكسنر لخصائص المهنة.

ويؤكد على تعلم الحركة الماهرة وقد لا يكون خلفا للتعليم التقليدى
ضية.

ل الثالث، هو مدخل التنمية theme approach والذي يؤكد على
ركية الأساسية كالفكر باعتباره موضوعا يتم القيام به فى تعليم الألعاب
مهارات الحركة الأخرى. وأيما كان المدخل المستخدم لتطوير منهج المدرسة
ن الاتجاه يتعد عن مهارات الألعاب الرياضية التنافسية، ويتجه نحو تعليم
ناتية والتي يستطيع التلميذ الاستمرار فى متابعتها خارج المدرسة وطول

التربية الرياضية فى المدرسة الإعدادية والثانوية على التربية عن طريق
play education التى تؤكد على المهارات التنافسية ومهارات الرياضة طوال
دخل الأكثر حداثة فى تطوير المنهج هو الموجه نحو العملية-process
لذى يؤكد على تعلم المفاهيم المرتبطة بالحركة وكذلك تعلم مهارات الحركة
د المدخل الإنسانى فى التربية الرياضية على استخدام الحركة لتحقيق
بطاقة، هذا فضلا عن الاهتمام بتنمية القيم والأخلاق.

كتاب الذى يقدم اليوم للقراء والدارسين والباحثين، يوضح الخلفية التاريخية
والرياضة وحتى عصرنا الحاضر، كما يشرح الأصول الفلسفية والاجتماعية
ب والرياضة، ويربط بين علم الجمال والتربية البدنية والرياضة فى نسج
الإسهامات التى تقدمها هذه الأصول لفهم التربية البدنية، وذلك بعد أن
سول الأولى مفاهيم هذا المجال الأساسية ويبرز أهميته وبعد تناول أطره
به ويفصل فى توضيح أهدافه وأغراضه على نحو عميق.

سوف الكتاب يقدم أساسا عميقا وخلفية معرفية أساسية لا غنى عنها فى
ولن يدرس هذا المجال على نحو نسقى أو يجرى دراسات فيه.

أستاذ مقتدر فى مجاله، ذو كعب راسخ فى علمه، مخلص فى استاذيته
تأليف. وأحسب أن الكتاب فى طبعته الجديدة سيلقى من الدارسين
المتخصصين فى هذا المجال كل ترحيب كما لقيته طبعته السابقة.

وعلى الله قصد السبيل،

د. جابر عبد الحميد جابر

جامعة القاهرة

٧٤	* المنح والجوائز الشرفية.
٧٥	- القيادة كمطلب مهني أساسي.
٧٦	* مفهوم القيادة الرياضية.
٧٧	* صفات القيادة الناجحة في المهنة.
٧٨	* مهارات وخصائص القيادة المهنية.
٨١	- الميثاق الأخلاقي لمهنة التربية البدنية والرياضة.
٨٤	* الميثاق الأخلاقي للمدرب الرياضي.
٨٥	* الميثاق الأخلاقي لمدير الفريق الرياضي.
٨٥	* الميثاق الأخلاقي للحكم الرياضي.
٨٧	* الميثاق الأخلاقي للمشرف الرياضي.
٨٨	* الميثاق الأخلاقي للرياضي.
٨٨	* الميثاق الأخلاقي للمشجع.
٨٩	الفصل الثالث: الإعداد المهني في التربية البدنية والرياضة.
٩١	- مفهوم الإعداد المهني في التربية البدنية والرياضة.
٩٢	* تطور الإعداد المهني في التربية البدنية والرياضة.
٩٢	* تطور الإعداد المهني في التربية البدنية في الولايات المتحدة.
٩٧	* تطور الإعداد المهني في التربية البدنية في مصر وبعض الدول العربية.
٩٧	- أولاً : في مصر.
٩٩	- ثانياً : في بعض الدول العربية.
١٠٣	- التوجيه المهني لطالب التربية البدنية والرياضة.
١٠٣	* العوامل المؤثرة في التوجيه المهني.
١٠٤	* اختيار التخصص المهني المناسب.

٣٩	* الأنشطة المتضمنة ذات طبيعة ذهنية.
٤٠	* المهنة مزاولة.
٤١	* التدفق المستمر للحقائق والأفكار.
٤٢	* التنظيم الذاتي وقابلية الاتصال.
٤٣	* الإيثار وخدمة الآخرين.
٤٤	- المجالات المهنية للتربية البدنية والرياضة.
٤٤	* إطار لارسون المفاهيمي للمجال المهني للرياضة والأنشطة البدنية.
٤٦	* البناء المفاهيمي لمجالات العمل المهني للرياضة والأنشطة البدنية.
٥١	الفصل الثاني: مقومات النهوض بمهنة التربية البدنية والرياضة.
٥٣	- التنظيمات المهنية في التربية البدنية والرياضة.
٥٣	* مفهوم المنظمات المهنية.
٥٤	* أدوار وخدمات المنظمات المهنية.
٥٥	* نشأة وتطور المنظمات المهنية.
٥٥	* المنظمات المهنية للتربية البدنية في الولايات المتحدة.
٥٧	* المنظمات المهنية للتربية البدنية في مصر والعالم العربي.
٦٠	- النمو المهني والتقدم بالمهنة.
٦٠	* النهوض بمهنة التربية البدنية والرياضة.
٦١	* التدريب أثناء الخدمة.
٦٣	* المكتبة المهنية الشخصية.
٦٣	* الدوريات والمجلات العلمية والمهنية.
٦٧	* المؤتمرات المهنية والعلمية.



- ١٣٧ * ثانيا : الكفايات الشخصية.
- ١٣٨ * الخبرة المهنية والشخصية.
- ١٤٠ * العمل التطوعى واكتساب الخبرات.
- ١٤١ * فى مشكلات الإعداد المهنى فى التربية البدنية والرياضة.

١٤٣ الفصل الخامس: التخصص المهنى ومدرس التربية البدنية والرياضة.

- ١٤٥ - مدرس التربية البدنية والرياضة.
- ١٤٥ * طبيعة عمل مدرس التربية البدنية والرياضة.
- ١٤٦ * دوافع اختيار مهنة التدريس.
- ١٤٧ * المدرس وبرنامج التربية البدنية والرياضة.
- ١٤٨ - التدريس فى الوضع المدرسى والوضع غير المدرسى.
- ١٤٨ * (أ) تدريس التربية البدنية فى الوضع المدرسى.
- ١٤٩ * (ب) تدريس التربية البدنية فى غير الوضع المدرسى.
- ١٥١ - الواجبات العامة لمدرس التربية البدنية والرياضة.
- ١٥٢ * الواجبات الخاصة لمدرس التربية البدنية والرياضة.
- ١٥٣ - صفات وخصائص مدرس التربية البدنية والرياضية.
- ١٥٤ * الصفات المثالية للمدرس.
- ١٥٥ * المدرس كشخصية مدرسية قيادية.
- ١٥٦ * علاقة المدرس بأعضاء هيئة تدريس المدرسة.
- ١٥٨ - كفايات التدريس.
- ١٥٩ * إنتاجية المدرس.
- ١٦١ * تطبيع المدرس.

- ١٠٥ طريقة المقابلة الشخصية لبعض المهنيين.
- ١٠٦ - العوامل المؤثرة فى اختيار مسار مهنى معين.
- ١٠٨ * الحصول على وظيفة.

الفصل الرابع: برامج الإعداد والتأهيل المهنى للتربية البدنية

والرياضة.

- ١١١ - جوانب الإعداد المهنى فى التربية البدنية والرياضة.
- ١١٣ * الإعداد التربوى العام.
- ١١٣ * الإعداد المهنى العام.
- ١١٤ * الإعداد المهنى التخصصى.
- ١١٦ * نماذج من أطر الإعداد المهنى فى التربية البدنية.
- ١١٨ * نماذج من أطر الإعداد المهنى لبعض التخصصات الفرعية.
- ١٢١ * تأهيل مدرس التربية البدنية
- ١٢١ - تأهيل المدرب.
- ١٢٣ - تأهيل أخصائى اللياقة البدنية.
- ١٢٤ - اتجاهات تطوير الإعداد المهنى فى التربية البدنية والرياضة.
- ١٢٤ * أولا : تطوير الإعداد التربوى العام.
- ١٢٧ * ثانيا : تطوير الإعداد المهنى العام.
- ١٢٨ * ثالثا : تطوير الإعداد المهنى التخصصى.
- ١٣١ * خطوات تصميم برنامج الإعداد المهنى.
- ١٣٣ - مدخل الكفايات فى الإعداد المهنى فى التربية البدنية والرياضة.
- ١٣٣ * مفهوم الكفاية والخبرة.
- ١٣٥ * أولا : الكفايات المهنية.



١٨٦	* الكفايات الشخصية للمدرب.
١٨٧	* التدريب الرياضى (المثالب والمزايا).
١٩٠	- نماذج التدريب الرياضى.
١٩٠	* نموذج إنجازات المنافسة.
١٩٠	* النموذج العلاجى.
١٩٢	* النموذج الجمالى.
١٩٣	- المدرب الرياضى فى عالم متغير.
١٩٤	- تأهيل المدرب الرياضى وشهاداته وتوظيفه.
١٩٦	* الوضع القانونى لشهادات المدربين.
١٩٧	* التأهيل غير الأكاديمى للمدرب.
٢٠٠	* توظيف المدرب.
٢٠٠	* مدرب نصف الوقت.
٢٠١	* الأجور والمكافآت.
٢٠١	* التنمية المهنية للمدرب.

الفصل السابع: التخصص المهنى «الإدارى الرياضى».

٢٠٥	- الإدارى الرياضى.
٢٠٧	* طبيعة عمل الإدارى الرياضى.
٢٠٧	* الوظائف المهنية فى الإدارة الرياضية.
٢٠٨	- واجبات ومهام مدير النشاط الرياضى.
٢٠٨	* وظائف التخطيط.
٢٠٨	* وظائف التنظيم.

١٦٢ - تنظيم التربية البدنية والرياضة فى القطاع المدرسى فى مصر.

١٦٢	* أولا : جهاز التوجيه الفنى للمرحلة الثانوية.
١٦٤	* ثانيا : الإدارة العامة للتربية الرياضية والعسكرية والكشفية.
١٦٧	* تنظيم التربية البدنية والرياضة على المستوى المدرسى.
١٦٨	- التوجيه فى التربية البدنية والرياضة.

١٦٨	* مفهوم التوجيه.
١٦٩	* أهداف التوجيه.
١٦٩	* مبادئ التوجيه.
١٦٩	* علاقة المدرس بالموجه.

١٧١ - تنظيم التوجيه الفنى فى التربية البدنية والرياضة.

١٧١	* الموجه الأول.
١٧١	* اختصاصات الموجه الأول ومسئوليته.
١٧٢	* الموجه الفنى للتربية البدنية والرياضة، مسئولياته واختصاصاته.

١٧٥ الفصل السادس: التخصص المهنى «المدرب الرياضى».

١٧٩	- طبيعة عمل المدرب الرياضى.
١٧٩	* أدوار المدرب الرياضى.
١٨٠	* المدرب كمرب.
١٨١	- المدرب بين الإدارة والتدريس.
١٨١	* المدرب كإدارى.
١٨٢	* المدرب والتدريس.
١٨٤	- كفايات المدرب الرياضى.



- اختيار الطلاب المتقدمين للالتحاق بالدراسة الجامعية في

- ٢٢٩ التربية البدنية والرياضة.
- ٢٣٠ * الخلفية العلمية والدراسية.
- ٢٣١ * الكفاية اللغوية.
- ٢٣١ * القياسات الجسمية.
- ٢٣٢ * الكفايات البدنية والمهارية.
- ٢٣٣ - اختبار المهارات الرياضية.
- ٢٣٣ - اختبار القوام.
- ٢٣٣ * بعض أنظمة القبول (المقارنة).

الفصل التاسع: الدراسات العليا في التربية البدنية والرياضة.

- ٢٣٧ - مدخل إلى الدراسات العليا.
- ٢٣٧ * أهداف الدراسات العليا في التربية البدنية والرياضة.
- ٢٣٨ * طبيعة الدراسات العليا في التربية البدنية والرياضة.
- * تطور الدراسات العليا في التربية البدنية والرياضة في الولايات المتحدة.
- ٢٣٩
- ٢٤١ * انتقادات الدراسات العليا.
- * تطور الدراسات العليا في التربية البدنية والرياضة في مصر والعالم العربي.
- ٢٤٢
- ٢٤٨ - مقومات تأسيس الدراسات العليا في التربية البدنية والرياضة.
- ٢٤٨ * أولاً : أعضاء هيئة تدريس من الأساتذة.
- ٢٤٩ * ثانياً : منظومة لحفظ واسترجاع المعلومات.
- ٢٥٤ * ثالثاً : المعامل والمختبرات وأجهزة جميع البيانات.



- ٢١٠ * وظائف التنفيذ.

- ٢١٠ * وظائف التحكم والمراقبة.

- كفايات الإدارى الرياضى وتأهيله.

- ٢١٢ * كفايات الإدارى الرياضى.
- ٢١٢ * تأهيل الإدارى الرياضى.
- ٢١٤ * نماذج من برامج التأهيل.

- أخصائى اللياقة البدنية.

- ٢١٥ * أهداف العمل فى مجال اللياقة البدنية - الرياضة للجميع.
- ٢١٦ * تأهيل أخصائى اللياقة البدنية.
- ٢١٧ * الإعداد المهني لأخصائى اللياقة البدنية.
- ٢١٨ * تصميم برنامج اللياقة وكتابة وصفة التمرينات.

الفصل الثامن: الدراسة الجامعية في التربية البدنية والرياضة.

- ٢٢٣ - بنية التربية البدنية والرياضة فى الجامعات.
- ٢٢٣ * القسم الأكاديمي للتربية البدنية والرياضة.
- ٢٢٥ * دراسات متقدمة فى البناء الأكاديمي للتربية البدنية والرياضة.
- ٢٢٦ * تصور مستقبلي لنموذج مخطط التقارب بين المجالات.
- ٢٢٧ - درجة البكالوريوس فى التربية البدنية والرياضة.
- ٢٢٧ * نظام السنة الكاملة.
- ٢٢٨ * نظام الفصول الدراسية.
- ٢٢٨ * نظام الساعات المعتمدة.



- درجات الدراسات العليا.

٢٥٧

* أولاً : دبلوم الدراسات العليا.

٢٥٧

* ثانياً : درجة الماجستير.

٢٥٨

- تسجيل رسالة الماجستير.

٢٥٩

- طبيعة بحث (رسالة) الماجستير.

٢٦٠

- نماذج لبرامج الماجستير.

٢٦٢

- اتجاهات تحديث الماجستير في التربية البدنية، الرياضة.

٢٧٠

* ثالثاً : درجة الدكتوراه.

٢٧١

* طبيعة درجة الدكتوراه.

٢٧١

* رسالة الدكتوراه والإشراف عليها.

٢٧٢

* شروط ومتطلبات الدكتوراه.

٢٧٣

- الحصول على الماجستير.

٢٧٣

- الامتحان التأهيلي (امتحان الترشيح).

٢٧٤

- المقررات الدراسية.

٢٧٥

* تطور برامج الدكتوراه في التربية الرياضية.

٢٧٦

* نماذج لبرامج الدكتوراه في التربية البدنية والرياضة.

٢٧٧

* اتجاهات تطور الدكتوراه في التربية البدنية والرياضة.

٢٨١

- دكتوراه الفلسفة في علم التمرينات.

٢٨١

- الاتجاه إلى التخصص في الأنظمة الفرعية.

٢٨٢

* التخطيط لأبحاث الدكتوراه وتوجيهها.

٢٨٣

٢٨٧

- مراجع الباب الرابع.

الباب الخامس

التربية البدنية والرياضة كنظام دراسي (علمي أكاديمي)

٢٩٧

الفصل الأول : نحو نظام دراسي مستقر للتربية البدنية والرياضية.

٢٩٩

- ظهور التربية البدنية والرياضة كنظام دراسي.

٣٠٢

* بين الاعتبارات النظامية الأكاديمية والمهنية.

٣٠٣

* الفروق بين النظام الدراسي والمهنة.

٣٠٤

* لماذا نهتم بالدراسة النظامية الأكاديمية للتربية البدنية.

٣٠٥

* محكات النظام الدراسي المستقر.

٣٠٧

- نشأة وتطور النظام الدراسي للتربية البدنية.

٣٠٩

* إرهاصات في نشأة النظام.

٣٠٩

* إسهامات المؤتمرات العلمية.

٣١٠

* التربية البدنية بين الفن والعلم.

٣١١

* حصاد الجهود.

٣١٤

- بنية النظام الدراسي للتربية البدنية والرياضة.

٣١٦

* نظام بين المواد أم عبر المواد أم متعدد المواد.

٣١٦

* من نظام متجزئ إلى نظام متماسك.

٣١٧

* التربية البدنية ونظام التربية.

٣١٩

- تطور الاسم المعبر عن النظام الدراسي.

٣٢٠

* نقد اسم التربية البدنية.

٣٢٠

* جذور مسمى التربية البدنية.

٣٢١

* دمج الرياضة إلى اسم التربية البدنية.

٣٢٢

* مسمى (التربية البدنية).

٣٢٣

* قائمة الأسماء البديلة للتربية البدنية.

٣٢٥

٣٤٨	* حركة الإنسان كأشكال مستمرة للنشاط .
٣٤٨	- تصنيف الحركة والمفاهيم الحركية .
٣٤٨	* أطر تصنيف حركة الإنسان .
٣٥٥	* التصنيف الرئيسى للمجال الحركى للإنسان (هارو) .
٣٥٧	* إطار مفاهيم حركة الإنسان .
٣٦٥	الفصل الثالث : الرياضة والأشكال الرئيسة للنشاط الحركى .
٣٦٧	- مدخل إلى دراسة الرياضة .
٣٦٩	* الرياضة كظاهرة اجتماعية قديمة .
٣٧٠	* مفهوم الرياضة وتعريفها .
٣٧٢	* جوهر الرياضة .
٣٧٣	* اللعب والألعاب كأصل للرياضة .
٣٧٦	* البناء الهيكلى للرياضة .
٣٧٨	* تصنيف الأنشطة الرياضية .
٣٧٩	* خطة تصنيف الرياضة .
٣٨٠	- الأشكال الرئيسة للنشاط الحركى .
٣٨٠	* التمرينات البدنية .
٣٨٠	- مفهوم التمرينات .
٣٨٣	- تقسيم التمرينات .
٣٨٤	- الاعتبارات الأكاديمية فى التمرينات .
٣٨٥	* الرقص (التعبير الحركى) .
٣٨٦	- مفهوم الرقص .
٣٨٧	- جوهر الرقص .

٣٢٦	* علاقة الرياضة بالتربية البدنية .
٣٣٠	* (التربية البدنية والرياضة) كاسم مناسب .

الفصل الثانى : الحركة كمحور اهتمام النظام الدراسى للتربية

٣٣٣	البدنية والرياضة .
٣٣٥	- محور اهتمام النظام الدراسى للتربية البدنية والرياضة .
٣٣٥	* (محور الاهتمام) كمحك للنظام الدراسى .
٣٣٦	* التنظيم البنائى وبنية المعرفة .
٣٣٧	* ماذا عن بقية أشكال النشاط الحركى .
٣٣٨	- مسار الرياضة أم مسار الحركة، كمحور اهتمام النظام .
٣٣٨	أولا : مسار الرياضة كمحور اهتمام التربية البدنية .
٣٣٨	* حجة الرافضين لمسار الحركة .
٣٣٩	* أسانيد المؤيدين لمسار الرياضة .
٣٤٠	* الرد على أسانيد المؤيدين لمسار الرياضة .
٣٤٠	ثانياً : مسار حركة الإنسان كمحور اهتمام التربية البدنية .
٣٤١	* المدافعون عن مسار الحركة وأسانيدهم .
٣٤٢	* الحركة لدى الإنسان هى الظاهرة المحورية للنظام .
٣٤٣	- أبعاد ومظاهر حركة الإنسان .
٣٤٣	* ظاهرة الحركة لدى الإنسان .
٣٤٤	* حركة الإنسان كأساس لتأدية وظائفه .
٣٤٥	* حركة الإنسان وثيقة الصلة بثقافة الإنسان ومجتمعه .
٣٤٦	* حركة الإنسان كخبرة جمالية وإطار فنى .
٣٤٧	* حركة الإنسان كمصدر للقيم والمعانى .



٤٢٠	* تدريس الرياضة.
٤٢١	* الميكانيكا الحيوية للرياضة.
٤٢٣	* إنسانيات الرياضة.
الفصل الخامس : طرق وأساليب البحث المنهجى فى نظام التربية	
٤٢٧	البدنية والرياضة.
٤٢٩	- الأساس العلمى للتربية البدنية والرياضة.
٤٢٩	* أنواع البحوث.
٤٣٠	* تطور البحوث العلمية فى النظام الأكاديمى.
٤٣٢	* إشكالية المنهج فى النظام الأكاديمى.
٤٣٣	* التعدد المنهجى كخيار أنسب لنظامنا الأكاديمى.
٤٣٥	* البحوث وتطبيقاتها فى النظام والمهنة.
٤٣٦	- البحث العلمى فى النظم الفرعية للتربية البدنية والرياضة.
٤٣٦	* البحث العلمى فى إدارة الرياضة (كمثال).
٤٣٦	* طبيعة البحث فى إدارة الرياضة وتطوره.
٤٣٩	- الإنتاج العلمى فى التربية البدنية والرياضة.
٤٣٩	* الإنتاج العلمى وقنوات النشر المعتمدة.
٤٤١	* الإنتاج العلمى فى المدرسة العربية.
٤٤٣	* الإنتاج العلمى بين التوجه المهنى والتوجه النظامى الأكاديمى.
٤٤٤	- عضو هيئة التدريس الجامعى فى التربية البدنية والرياضة.
٤٤٤	* من التباين إلى التجانس.
٤٤٦	* التدريس فى مقابل البحث.
٤٤٧	* مساوئ التركيز على البحوث.
٤٤٩	- مراجع الباب الخامس.



٣٨٨	- بناء الرقص.
٣٨٩	- أنواع الرقص.
٣٩١	- القيم التربوية فى الرقص.
الفصل الرابع : بنية المعرفة فى التربية البدنية والرياضة وموادها	
٣٩٣	الفرعية.
٣٩٥	- دراسة الإنسان فى حركته كأصول للتربية البدنية والرياضة.
٣٩٦	* تأسيس بنية المعرفة للتربية البدنية والرياضة.
٣٩٧	* حركة الإنسان كإطار لبنية معرفة النظام.
٣٩٨	* المواد والنظم الفرعية للتربية البدنية والرياضة.
٣٩٩	* نحو هوية واضحة لمواد وأفرع التربية البدنية والرياضة.
٤٠٠	- تطور المواد والنظم الفرعية لبنية المعرفة.
٤٠٠	* البدايات الأولى لبنية المعرفة للنظام.
٤٠٢	* التوجهات الحديثة للبنية المعرفية للنظام.
٤٠٤	* الأبعاد العلمية والمهنية للنظام.
٤٠٦	- المواد والنظم الفرعية فى التربية البدنية والرياضة.
٤٠٧	* وظائف أعضاء النشاط البدنى.
٤٠٩	* تاريخ التربية البدنية والرياضة.
٤١٠	* فلسفة التربية البدنية والرياضة.
٤١٢	* إدارة التربية البدنية والرياضة.
٤١٣	* النمو والتطور الحركى.
٤١٤	* علم نفس الرياضة.
٤١٥	* علم اجتماع الرياضة.
٤١٨	* التعلم والتحكم الحركى.

