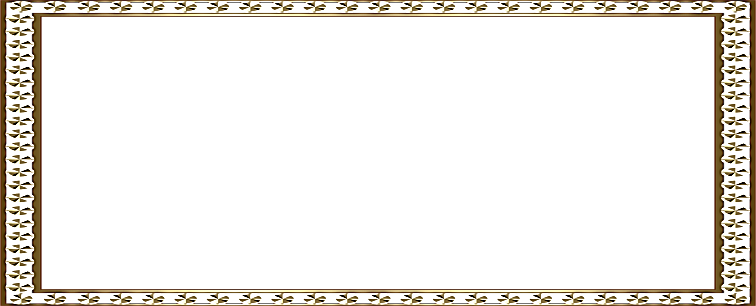
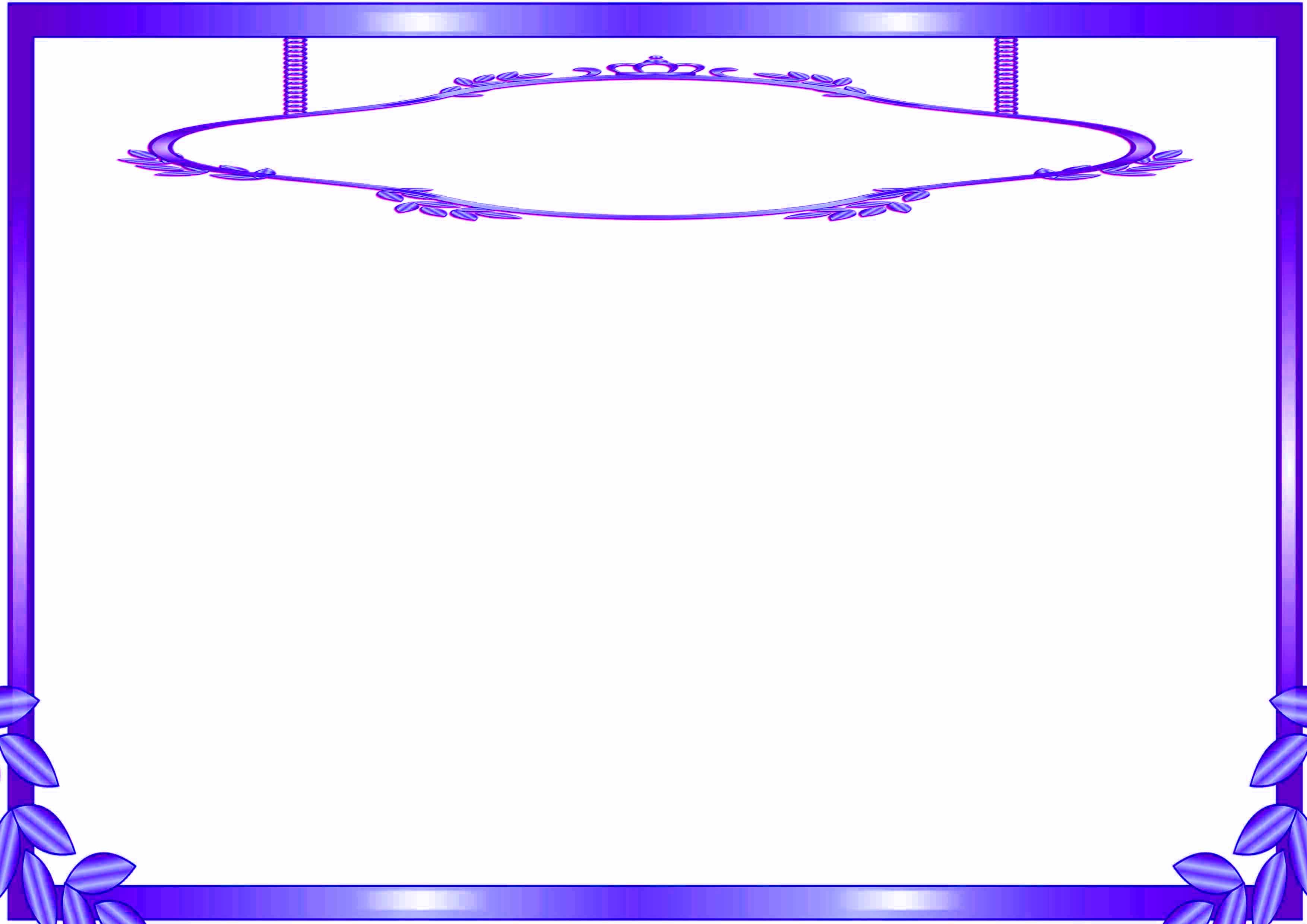
|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **الصف** | **المادة** | **الفصل الدراسي** | **العام الدراسي** |
| **الثاني المتوسط** | **التربية البدنية** | **الأول** | **1437 / 1438هـ** |



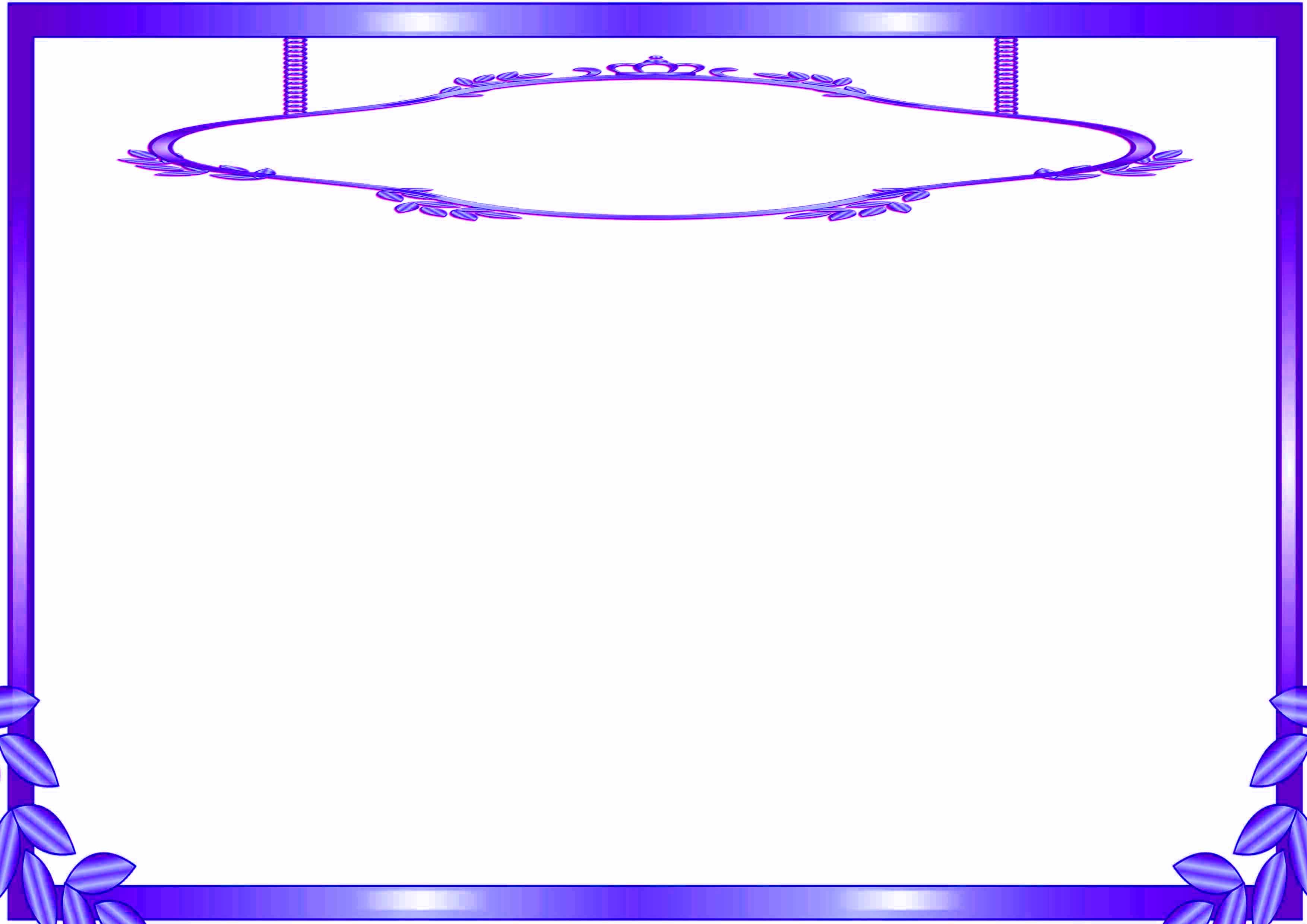
|  |
| --- |
| **معلم المادة** |
| **...............** |
| **مدير المدرسة** |
| **...............** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **الأولى** | **الثانية** | **الثالثة** | **الرابعة** | **الخامسة** | **السادسة** | **السابعة** |
| **الأحد** |  |  |  |  |  |  |  |
| **الاثنين** |  |  |  |  |  |  |  |
| **الثلاثاء** |  |  |  |  |  |  |  |
| **الأربعاء** |  |  |  |  |  |  |  |
| **الخميس** |  |  |  |  |  |  |  |



**الأهداف العامة للمرحلة المتوسطة**

1. **تمكين العقيدة الإسلامية في نفس الطالب وجعلها ضابطة لسلوكه وتصرفاته، وتنمية محبة الله وتقواه وخشيته في قلبه.**
2. **تزويد الطالب بالخبرات والمعارف الملائمة لسنه، حتى يلم بالأصول العامة والمبادئ الأساسية للثقافة والعلوم.**
3. **تشويق الطالب للبحث عن المعرفة وتعويده التأمل والتتبع العلمي.**
4. **تنمية القدرات العقلية والمهارات المختلفة لدى الطالب وتعهدها بالتوجيه والتهذيب.**
5. **تربية الطالب على الحياة الاجتماعية الإسلامية التي يسودها الإخاء والتعاون وتقدير التبعة وتحمّل المسؤولية.**
6. **تدريب الطالب على خدمة مجتمعه ووطنه وتنمية روح النصح والإخلاص لولاة أمره**
7. **حفز همة الطالب لاستعادة أمجاد أمته المسلمة التي ينتمي إليها واستئناف السير في طريق العزة والمجد**
8. **تعويد الطالب الانتفاع بوقته في القراءة المفيدة واستثمار فراغه في الأعمال النافعة لدينه ومجتمعه.**
9. **تقوية وعي الطالب ليعرف بقدر سنه كيف يواجه الإشاعات المضللة والمذاهب الهدامة والمبادئ الدخيلة.**
10. **إعداد الطالب لما يلي هذه المرحلة من مراحل الحياة.**

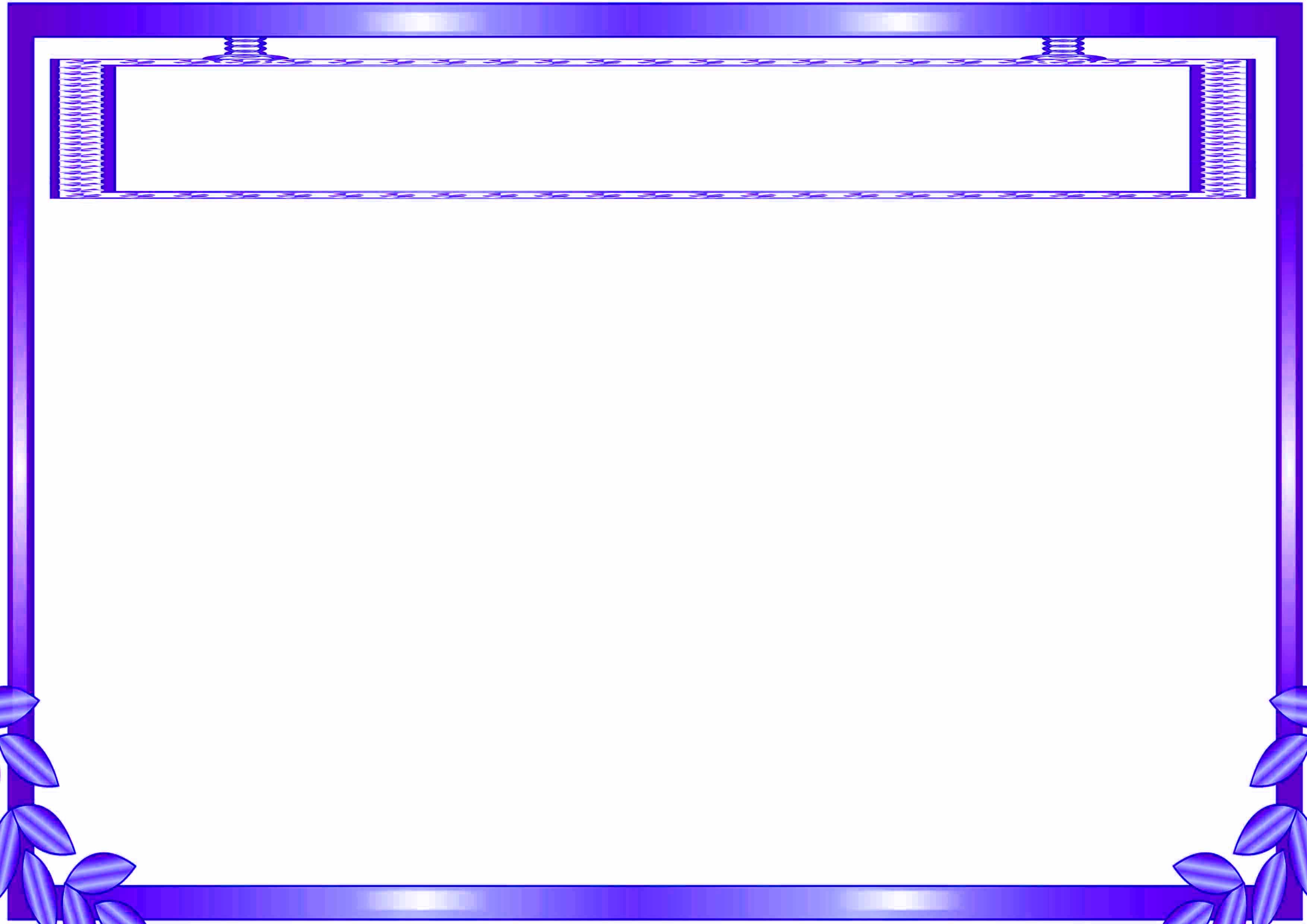


**الأهداف العامة لمادة التربية البدنية للمرحلة المتوسطة**



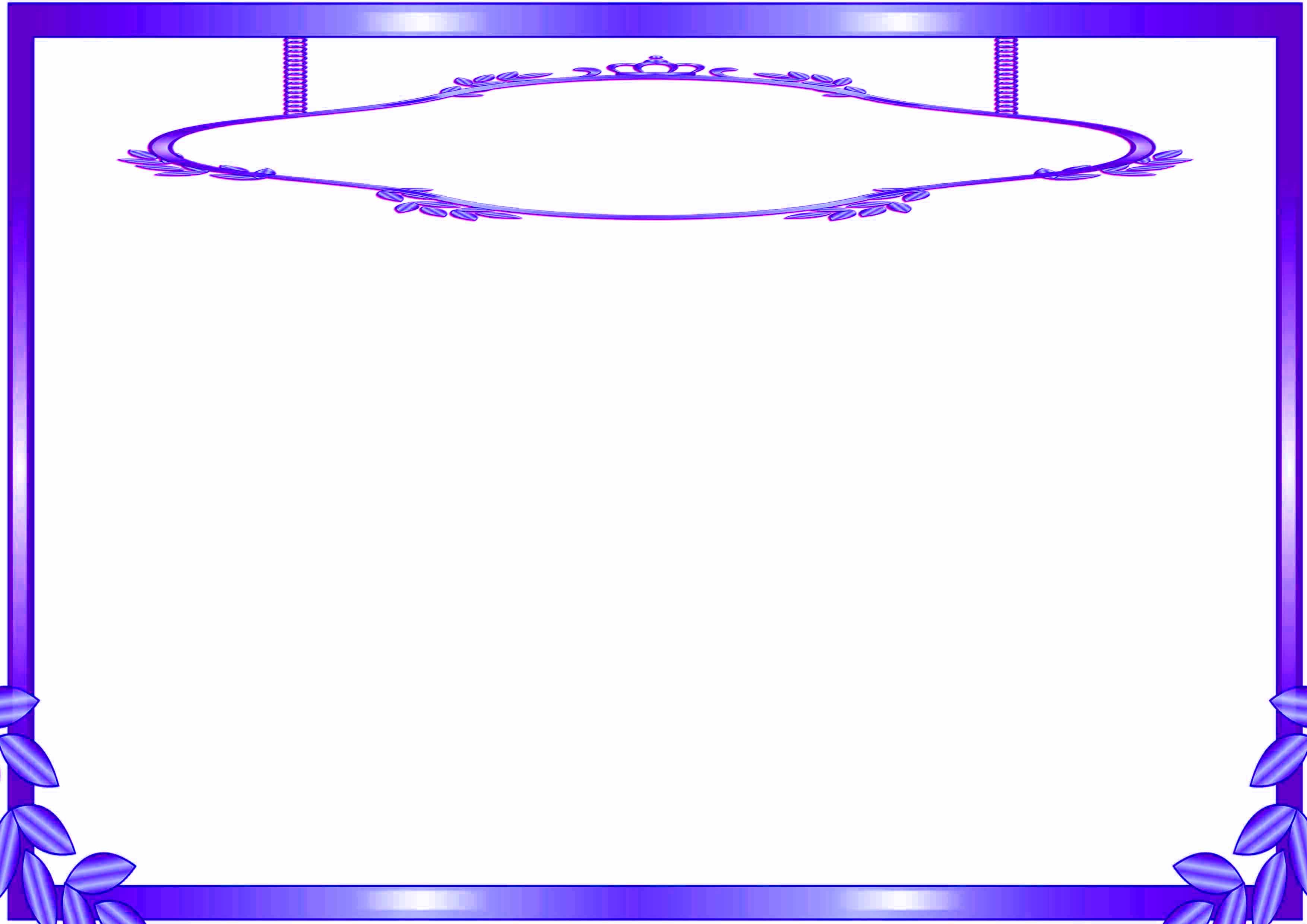
 **يتوقع من الطالب بعد دراسته للمادة في هذه المرحلة أن:**

1. تتعزّز لديه تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني بما يناسب طالب المرحلة المتوسطة.
2. يتعزّز لديه السلوك المؤدي إلى تحمّل المسؤولية وتنمية القيادة.
3. يتعزّز لديه السلوك المؤدي إلى احترام الفروق الفردية بين الطلاب.
4. تنمو لديه عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بما يناسب طالب المرحلة المتوسطة.
5. يعرف ماهية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والطرائق المبسطة لقياسها.
6. يظهر قدراً من الكفاية عند أداء المهارت الرياضية المقررة لهذه المرحلة.
7. يتعرف على بعض المفاهيم الميكانيكية، والصحية، والفسيولوجية المناسبة لهذه المرحلة.
8. يتعرف على بعض الجوانب الفنية والقانونية المهمة لممارسة الألعاب الرياضية وتعزيزيها بما يناسب المقرر لهذه المرحلة.



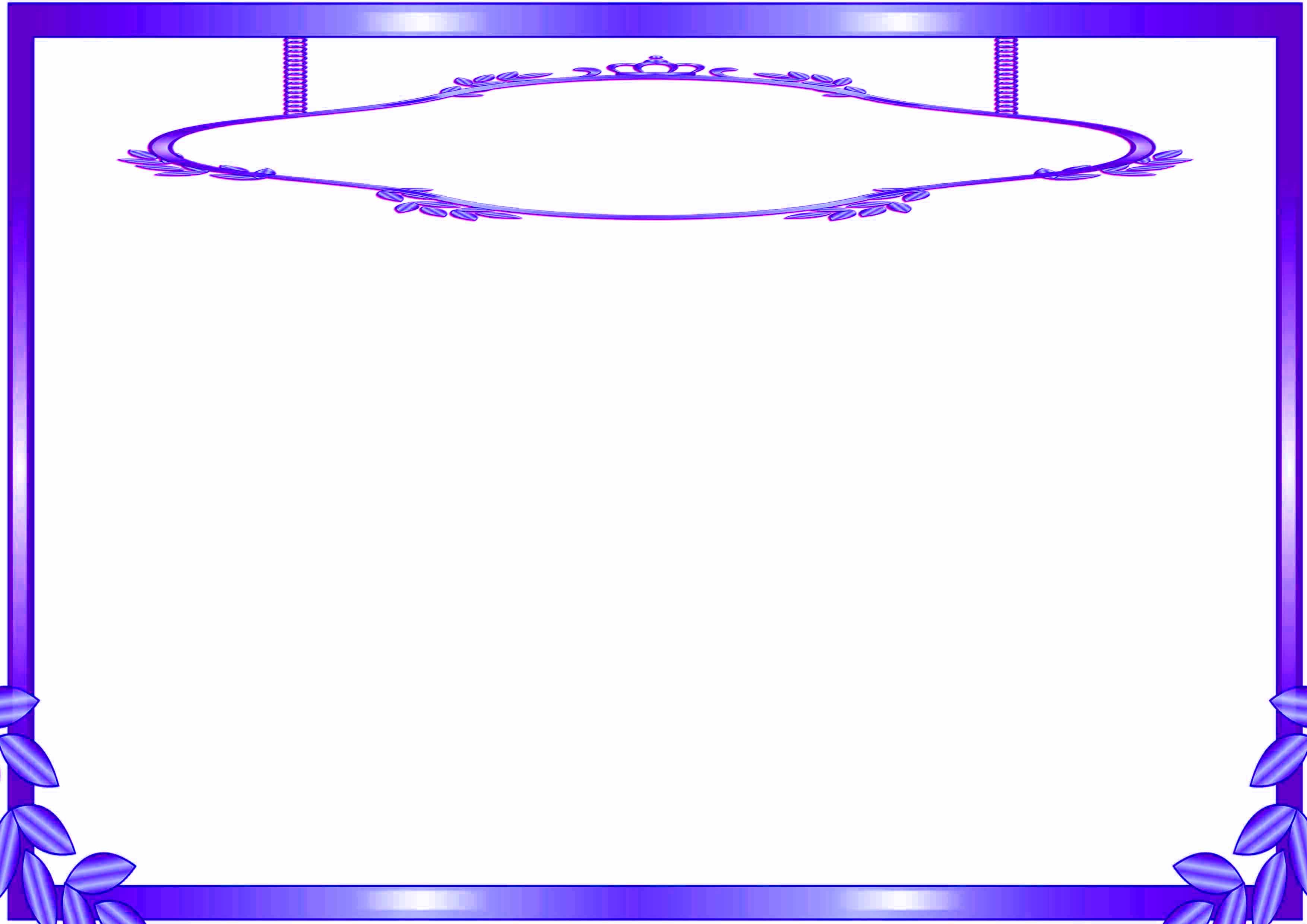
|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **الصف** | **المادة** | **الفصل الدراسي** | **العام الدراسي** |
| **الثاني المتوسط** | **التربية البدنية** | **الأول** | **1437 / 1438هـ** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **الأسبوع** | **التاريخ** | **الدروس** | **الأسبوع** | **التاريخ** | **الدروس** | **الأسبوع** | **التاريخ** | **الدروس** |
| **الأول** |  | **القياس القبلي** | **السابع** |  | قذف القرص من الثبات | **الثالث عشر** |  | تعزيز بعض القوانين الضرورية ( في كرة الطائرة ) |
| **الثاني** |  | **القياس القبلي** | **الثامن** |  | الوثب الطويل بالتعلق في الهواء | **الرابع عشر** |  | المضربة الامامية بالمضرب الخشبي |
| **الثالث** |  | ضرب الكرة بالرأس من الوثب | **التاسع** |  | جري المسافات المتوسطة | **الخامس عشر** |  | **الضربة الساحقة بوجه المضرب** |
| **الرابع** |  | التمريرة الطويلة في كرة القدم | **العاشر** |  | الاستقبال بالساعدين من الجانب | **السادس عشر** |  | تعزيز معرفة بعض القوانين الضرورية ( في كرة الطاولة |
| **الخامس**  **(3 أيام)** |  | امتصاص الكرة بالفخذ | **الحادي عشر** |  | الضربة الساحقة المستقيمة | **السابع عشر** |  | **مراجعة عامة** |
| **السادس** |  | تعزيز بعض القوانين في كرة القدم | **الثاني عشر** |  | تعزيز بعض القوانين الضرورية ( في كرة الطائرة ) | **الثامن والتاسع عشر** |  |  |



**التقويم الدراسي 1437 / 1438 هـ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **الموضـوع** | **الـتاريخ  الهجـري** | **الـتاريخ  الـميلادي** |
| **بداية الدراسة للفصل الدراسي الأول** |  |  |
| **بداية إجازة عيد الأضحى** |  |  |
| **بداية الدراسة بعد أجازه عيد الأضحى** |  |  |
| **بداية اختبار الفصل الددراسي الأول** |  |  |
| **بداية إجازة منتصف العام** |  |  |
| **بداية الدراسة للفصل الدراسي الثاني** |  |  |
| **بداية إجازة منتصف الفصل الدراسي الثاني** |  |  |
| **بداية الدراسة بعد إجازة منتصف الفصل الثاني** |  |  |
| **بداية اختبارات الفصل الثاني** |  |  |
| **بداية إجازة نهاية العام** |  |  |
| **بداية العام الدراسي 1437/ 1438 هـ** |  |  |
| **أعدد أسابيع الدراسة للفصل الدراسي الأول** |  | |
| **أعدد أسابيع الدراسة للفصل الدراسي الثاني** |  | |
| **أعدد أيام الدراسة الفعلية للفصلين** |  | |
| **أعدد الإجازات أثناء العام الدراسي** |  | |
| **أعدد أيام إجازة عيد الأضحى** |  | |
| **أعدد أيام إجازة منتصف العام الدراسي** |  | |
| **أعدد أيام إجازة منتصف الفصل الثاني** | **(9)  أيام** | |



**مسرد تحضير مادة التربية البدنية**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **اليوم** | **التاريخ** | **الصف** | **الحصة** | **عنوان الدرس** | **التوقيع** |
| **الأحد** | / / 14هـ |  |  |  |  |
| **الاثنين** | / / 14هـ |  |  |  |  |
| **الثلاثاء** | / / 14هـ |  |  |  |  |
| **الأربعاء** | / / 14هـ |  |  |  |  |
| **الخميس** | / / 14هـ |  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **....................................** | **....................................................** | **.......................................** |

**معلم المادة**

**مدير المدرسة**

**المشرف التربوي**

**مقدمة**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الأهداف السلوكية** | **ملاحظات** |
| **المقدمة** | 10د | **1-استقبال الطلاب والترحيب بهم والتهنئة بالعام الدراسي الجديد**  **2-تعارف ويتضمن (الرسم، الهوايات والمواهب والميول)**  **3-تعريف بماهية النشاط الرياضي وهو نشاط تربوي يعمل على تربية الناشئين تربية ؟؟ متكاملة من جميع النواحي الدينية والوجدانية، الاجتماعية والبدنية والعقلية ..) عن طريق برامج ومجالات رياضية متعددة تحت إشراف قيادة تربوية متخصصة.**  **4-التأكيد على دور التربية الرياضية في الحفاظ على الصحة واستغلال وقت الفراغ وغرس القيم الدينية والخلقية والوطنية** | **معرفي**  **- يذكر ماهية التربية الرياضية وعلاقاتها بالدين الإسلامي الحنيف وأهميتها للصحة العامة ودورها في حب الوطن والانتماء له وتأثيرها الإيجابي في جميع مجالات القوة البدنية والخلقية** | **- تكون التعريفات بشكل مبسط حسب مستويات الطلاب** |
| **الجزء الرئيسي**  **"المحتوى**" | 30 د | **1-شرح طريقة سير الحصة من الذهاب حتى الإياب وضرورة الالتزام بالزي الرياضي**  **2-شرح مبسط للأنشطة الداخلية والخارجية وطرق اختبار المنتخب واعدادها**  **3-مراجعة لبعض الخبرات السابقة والمطلوبة لتعزيز خبرات هذا العام**  **4-توزيع الرسائل المطلوبة لهذا العام على الطلاب لإعدادها وتجهيزها**  **5-التأكيد على أهمية الاصطفاف والتمارين في طابور الصباح ودورة الكبير في سير اليوم الدراسي**  **6-التعريّف على النواحي الصحية للطلاب لمراعاة ذلك أثناء الأداء**  **7-تعين المسئول الرياضي والنائب وتحديد دورهم وأهمية في النشاط الرياضي**  **\* واجبات خاصة بالمعلم يمكن أن يشارك فيها الطالب في وقت الفراغ:**  **1-تمهيد واعداد غرفة التربية الرياضية في (وسائل وأجهزة وأدوات ..)**  **2-اعداد سجلات المادة وجميع استمارات المتابعة المطلوبة وكشوف الرصد**  **3-اعداد الملاعب من (تخطيط وإصلاح واكمال النواقص)** | **مهاري**  **- ينزل الطالب ويعود للفصل بنظام وهدوء**  **- يؤدى الخبرات السابقة بشكل صحيح**  **- الاصطفاف وأداء التمارين بشكل جيد**  **في طابور الصباح**  **- يحضر الحصة بالذيّ الرياضي المناسب**  **- يشارك بإيجابية في تعين المسئول الرياضي ونائبة**  **- يشارك في اعداد الوسائل وتجهيز الملاعب واعداد السجلات.** | **يمكن أداء الجانب النظري في الجزء الرئيسي داخل الفصل والجانب العملي بالخروج إلى الساحة لإتاحة الإمكانية للجميع للتطبيق** |
| **الختام** | 5د | **- نسأل الله عز وجل أن يوفق الجميع والالتزام بما تم الاتفاق عليه وليكن شعارنا قول الله عز وجل "ان الله اصطفنا عليكم وزادة بسطة في العلم والجسم" وقول الرسول  " المؤمن القوى خير واجب الى الله من المؤمن الضعيف وفى كل خير"** | **وجداني**  **أن يرتبط الطالب بالدين والخلق الإسلامي خلال الممارسة** |  |

**نشاط إضافي: يشارك الطالب في تجهيز الملاعب وغرفة البدنية والوسائل التعليمية واجب منزلي: 1-التأكيد على ضرورة متابعة الواجبات المنزلية طوال السنة**

**2-التواصل مع المدرسة لتدارك الخلل وعلاج المشكلات**

ضرب الكرة بالرأس من الوثب الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | **صافرة ـ**  **ساحة مناسبة ـ**  **وسيلةإيضاح**  **ـ ملعب كرة قدم وكرات قدم** | ANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0qANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0qANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0qANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0q |
| **إحماء** | **5د** | تتابع الجري الجانبي : يقسم الفصل قطارين وعند سماع الصفارة يبدأ الجري الجانبي إلى خط معين ويعود لينطلق الثاني وهكذا ويفوز الفريق الذي ينهي أولا |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **( وقوف ) الجري في المكان مع لمس الركبتين بالكفين 30 ث**  **( وقوف . الذراعان جانبا ) تبادل الطعن على الجانبين .**  **( وقوف . فتحا ) تباعد القدمين لأقصى مدى .** | **12082011114** |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة من خلال وسيلة تعليمية ثم أداء نموذج وشرح الأتي :**  **ـ تقوس الجذع خلفا وتركيز النظر على الكرة وثبات مفصل العنق .**  **ضرب الكرة بمقدمة الرأس ( الجبهة ) مع ميل الجذع للأمام للمتابعة وحركة الذراعين للخلف والصدر للأمام .** | ANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0q |
| **تطبيقي** | **20د** | يقسم الفصل مجموعتين أمام المرميين على مسافة مناسبة ويقوم الحارس برمي الكرة عاليا ويضربها اللاعب ويكرر .  ـ عمل مباراة مصغرة في كرة القدم والتأكيد على المهارة . |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الإغتسال ،الإنصراف إلى الفصل بشكل منظم | اماكن الإغتسال |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** | **الأول** |
| **الصف** | **الثاني المتوسط** |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |  |
| --- | --- |
| **1- مهاري:-أن يضرب الكرة بالرأس من الثبات بشكل صحيح** |  |
| **2- معرفي يعدد 3 أخطاء لضرب الكرة بالرأس من الثبات** |  |
| **3- وجداني يتعاون مع زملائه في ضبط المجموعات** |  |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

التمريرة الطولية في كرة القدم الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

**نشاط إضافي : عمل مباريات كرة القدم فى الفسحة والتركيز على رمية التماس واجب منزلي : من خلال متابعتك لمباراة كرة قدم سجل ملاحظاتك على فنيات رمية التماس**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | **كراسي ـ صافرة ـ علامات تحديد ـ كرات قدم ـ وسيلة إيضاح ملعب مناسب** |  |
| **إحماء** | **5د** | تتابع الوثب من فوق الكراسي : يقسم الفصل قطارين أمام كل منها 2 كرسي بينهما مسافة 3م وعند سماع الصفارة يبدأ التتابع مع الوثب بالصعود فوق الكرسي ويكرر لمعرفة الفريق الفائز . |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **( وقوف ) تبادل الوثب على قدم واحدة لأعلى .**  **( وقوف ) رمي الكرة لأعلى ثم عمل لفة حول المحور الطولي ولقفها .**  **( وقوف . مواجهة ) تبادل ضرب الكرة بالرأس مع الزميل .** | ANd9GcQdWE3WJ1SePUuL3QiQ73xiMB3HG99MpywhJEXJwOvMnu3_niF1**1208201111411082011096** |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة من خلال وسيلة تعليمية ثم أداء نموذج يوضح :**  **ـ القدم الثابته تكون بجوار الكرة وتقوس الجذع خلفا ثم مرجحة القدم الضاربة خلفا .**  **ـ نقل ثقل الجسم على القدم الثابتة ومقابلة الكرة أسفل محيطها بوجه القدم الداخلي** | ANd9GcSANTXnuofX6N4aW1bVarM8_9c2irWO0QBqIGQwsU5xIMsfF0WN8A |
| **تطبيقي** | **20د** | ـ يقسم الفصل مجموعتين على بداية ونهاية الملعب ويتناوبون التمرير الطويل تحت إشراف المعلم لتصحيح الأخطاء .  ـ عمل مباراة كرة قدم والتأكيد على خبرة التمرير الطويل . |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الإغتسال ،الإنصراف إلى الفصل بشكل منظم | اماكن الإغتسال |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** |  |
| **الصف** |  |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |  |
| --- | --- |
| **1- مهاري:- أن يؤدي التمريرة الطولية في كرة القدم بشكل صحيح** | **1- مهاري يعدد مراحل الوثب الطويل بطريقة التعلق .** |
| **2- معرفي:- يذكر الأداء الفني للتمريرة الطولية في كرة القدم** | **2- معرفي يؤدي الوثب الطويل من التعلق بشكل صحيح** |
| **3- وجداني:-أن يسعف الطالب زميله عن الإصابة** | **3- وجداني:- ان يقدر الطالب قيمة النظافة** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

امتصاص الكرة بالفخذ الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

**نشاط إضافي : عمل مباريات كرة قدم فى الفسحة والتركيز على التمريرة الطولية واجب منزلي : من خلال متابعتك لمباراة كرة قدم كم عدد مرات التمريرة الطولية للفريقين**

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** |  |
| **الصف** |  |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |  |
| --- | --- |
| **1- مهاري:-يمتص الكرة بالفخذ بشكل صحيح** |  |
| **2- معرفي:- يعدد المراحل الفنية لامتصاص الكرة بالفخذ** |  |
| **3- وجداني:- يتواضع عند النصر** |  |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

تعزيز بعض القوانين في كرة القدم الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

**نشاط إضافي : عمل مباريات كرة قدم فى الفسحة والتركيز على الاستقبال بالفخذ واجب منزلي : من خلال متابعتك لمباراة لاحظ الآداء الفني للإستقبال بالفخذ ودون ملاحظاتك**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | وسيلة ايضاح ـ  ملعب كرة قدم  كرات قدم ـ  كرات طبية |  |
| **إحماء** | **5د** | سباق الجري الزجزاجي بين الكرات الطبية : يقسم الفصل قطارين أمام كل قطار مجموعة كرات طبية ويتم الجري الزجزاجي بينهم ثم العودة للتسليم للزميل . |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **( وقوف . مواجه) تبادل وضع القدم على كتف الزميل .**  **( وقوف ) تمرير الكرة للزميل .**  **( وقوف ) رمي الكرة لأعلى ثم ضربها بالرأس .** | ANd9GcQdryD4sGff3nx-v5Mu1TnT9CDQXUKCHGwFh0wCl-ePYTMwGvSNrw |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة من خلال وسيلة تعليمية ثم عمل نموذج حركي يوضح الآتي : ـ من وضع الوقوف نصفا يتم استقبال الكرة بالفخذ والنظر اليها .**  **ـ بمجرد لمس الكرة للفخذ يتم سحب الرجل للخلف لامتصاص الكرة ثم سقوطها بشكل مناسب أمام الجسم وإحكام السيطرة عليها .** |  |
| **تطبيقي** | **20د** | يقسم الفصل مجموعتين أحدهما تمرر تمريرة طويلة مرتفعة والآخرى تمتصها بالفخذ مع التبديل .  ـ عمل مباراة لإتقان وتثبيت المهارة وتصحيح الأخطاء . |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الإغتسال ،الإنصراف إلى الفصل بشكل منظم | اماكن الإغتسال |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | وسيلة إيضاح ـ  كرات قدم وملعب  لكرة القدم ساحة  مناسبة ـ صافرة | **20110715_9548920110715_9548920110715_95489** |
| **إحماء** | **5د** | سباق تبادل الأماكن : يقسم الفصل ثلاث مجموعات في دوائر وتؤدي الجري في المكان وعند سماع الصافرة يتم تبديل أماكن الفرق في اتجاه عقارب الساعة . |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **( وقوف . الذراعان عاليا ) خفض الذراعين مع ثني الركبتين ببطء .**  **(وقوف ) الجري مع ثني الجذع على الجانبين**  **(جلوس طولا. فتحا ) ثني الجذع أماما مع تحريك الذراعين أماما للمس القدم .** | ANd9GcQdryD4sGff3nx-v5Mu1TnT9CDQXUKCHGwFh0wCl-ePYTMwGvSNrw**123** |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **من خلال عرض مرئي مشاهدة بعض قوانين كرة القدم وشرحها :ـ مدة الراحة( 15د) ـ يخرج من المباراة من يحصل على 2كرت اصفر ـ ضربة الجزاء يحتسب عند ارتكاب خطأ يستحق ضربة حرة مباشرة داخل منطقة الجزاء .** | ANd9GcTSigiFrG4x0blKLlkJT2BpzZv_lrueBqrl-OLOA0sBVH6snDtkvw |
| **تطبيقي** | **20د** | عمل مباريات مصغرة في كرة القدم على أن يكون طاقم التحكم من الطلاب ويتم تغيره كل 7 دقيقة مع متابعة المعلم لتصحيح الأخطاء وتشجيع المتفوقين . |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الاغتسال ،الانصراف إلى الفصل بشكل منظم | أماكن الاغتسال |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** |  |
| **الصف** |  |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |  |
| --- | --- |
| **1- مهاري/ يحكم مباراة في كرة القدم دون أخطاء جوهرية** |  |
| **2- معرفي/ يجيب حول المسابقة الثقافية في قوانين كرة القدم** |  |
| **3- وجداني/ يقبل الملاحظة من صديقه** |  |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

قذف القرص من الثبات الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

**نشاطإضافي : عمل مباريات كرة القدم فى الفسحة والتركيز على تصحيح القوانين واجب منزلي : من خلال متابعتك لمباراة كرة قدم قيم أراء الحكم دون ذلك .**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | **كراسي ـ صافرة ـ علامات تحديد ـ كرات قدم ـ وسيلة إيضاح ملعب مناسب** |  |
| **إحماء** | **5د** | تتابع الوثب من فوق الكراسي : يقسم الفصل قطارين أمام كل منها 2 كرسي بينهما مسافة 3م وعند سماع الصفارة يبدأ التتابع مع الوثب بالصعود فوق الكرسي ويكرر لمعرفة الفريق الفائز . |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **( وقوف ) تبادل الوثب على قدم واحدة لأعلى .**  **( وقوف ) رمي الكرة لأعلى ثم عمل لفة حول المحور الطولي ولقفها .**  **( وقوف . مواجهة ) تبادل ضرب الكرة بالرأس مع الزميل .** | ANd9GcQdWE3WJ1SePUuL3QiQ73xiMB3HG99MpywhJEXJwOvMnu3_niF1**1208201111411082011096** |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة من خلال وسيلة تعليمية ثم أداء نموذج يوضح :**  **ـ القدم الثابته تكون بجوار الكرة وتقوس الجذع خلفا ثم مرجحة القدم الضاربة خلفا .**  **ـ نقل ثقل الجسم على القدم الثابتة ومقابلة الكرة أسفل محيطها بوجه القدم الداخلي** | ANd9GcSANTXnuofX6N4aW1bVarM8_9c2irWO0QBqIGQwsU5xIMsfF0WN8A |
| **تطبيقي** | **20د** | ـ يقسم الفصل مجموعتين على بداية ونهاية الملعب ويتناوبون التمرير الطويل تحت إشراف المعلم لتصحيح الأخطاء .  ـ عمل مباراة كرة قدم والتأكيد على خبرة التمرير الطويل . |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الإغتسال ،الإنصراف إلى الفصل بشكل منظم | اماكن الإغتسال |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** | **الأول** |
| **الصف** | **الثاني المتوسط** |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |  |
| --- | --- |
| **1- مهاري :-أن يرمي الطالب القرص بشكل صحيح** |  |
| **2- معرفي:-أن يعدد الطالب مراحل رمي القرص** |  |
| **3- وجداني :- يشارك في تنظيم الدرس** |  |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

الوثب الطويل بالتعلق في الهواء الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

**نشاط إضافي : عمل منافسة خلال الفسحة في رمي القرص واجب منزلي : من خلال متابعتك لمبارايات رمي القرص تابع الآداء الفني وسجل ملاحظاتك**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | وسيلة إيضاح  ميدان الوثب الطويل صافرة  علامات تحديديه  كرات بديلة |  |
| **إحماء** | **5د** | تتابع الكرة بين الرأسين : يقسم الفصل فريقين كل فريق قطارين بين رأسي كل زميلين كرة وعند سماع الصافرة يبدأ التتابع ويفوز الفريق الذي ينهي أولا . |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **( وقوف ) العدو لمسافة 50 متر .**  **(وقوف انحناء الذراعين خلفا )الوثب الطويل من الثبات .**  **( وقوف ) الوثب العمودي لأقصى ارتفاع ممكن . الكرة بين رأسين** | **020230-2016-1** ANd9GcQfuQZbsqCtCpny4efV4QAULbUr_omELrESrhqHSQikJEvz0QRK |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة من خلال وسيلة تعليمية ثم عمل نموذج يوضح**  **ـ الاقتراب بالجري في خط مستقيم ثم الارتقاء بقدم الارتقاء للوثب للأمام .**  **ـ التعلق والمشي خطوة في الهواء مع الحركة التبادلية للذراعين .**  **ـ ميل الجذع والهبوط للأمام على القدمين مع ثني الركبتين للامتصاص الصدمة** | ANd9GcQfuQZbsqCtCpny4efV4QAULbUr_omELrESrhqHSQikJEvz0QRK |
| **تطبيقي** | **20د** | ـ يقف الطلاب قطار واحد أمام ميدان الوثب الطويل ويتم الأداء تحت إشراف المعلم مع تصحيح الأخطاء وتشجيع المتميزين .  ـ عمل منافسة في الوثب الطويل بين الطلاب لإتقان وتثبيت المهارة . |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الاغتسال ،الانصراف إلى الفصل بشكل منظم | أماكن الاغتسال |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** | **الأول** |
| **الصف** | **الثاني متوسط** |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |  |
| --- | --- |
| **1- مهاري يعدد مراحل الوثب الطويل بطريقة التعلق .** | **1- مهاري:-يمتص الكرة بالفخذ بشكل صحيح** |
| **2- معرفي يؤدي الوثب الطويل من التعلق بشكل صحيح** | **2- معرفي:- يعدد المراحل الفنية لامتصاص الكرة بالفخذ** |
| **3- وجداني:- ان يقدر الطالب قيمة النظافة** | **3- وجداني:- يتواضع عند النصر** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

جري المسافات المتوسطة الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

**نشاط إضافي : عمل منافسة في الوثب الطويل خلال وقت الفراغ واجب منزلي : من خلال متابعتك لمنافسات الوثب الطويل لاحظ الآداء الفني وسجل ملاحظاتك**

**نشاط إضافي : عمل منافسة داخلة بين طلاب المدرسة في المسافات المتوسطة واجب منزلي : من خلال متابعتك لسباق المسافات المتوسطة سجل ملاحظاتك**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | **صافرة ـ خطوط تحديد ـ كرات طبية ـ مساحة مناسبة ـ وسيلة إيضاح ـ** | ANd9GcQkstwqFOh74GK7H1oTqqTSQMQFjjjZjSJjiCofwUyHAiRcnBllYQ |
| **إحماء** | **5د** | سباق تتابع الحجل : يقسم الفصل قطارين وعند سماع الإشارة يبدأ التتابع ويفوز الذي ينهي اولا. |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **( وقوف . الذراعين جانبا) تبادل لف الجذع على الجانبين .**  **(وقوف ) رمي الكرة الطبية لأبعد مسافة .**  **(وقوف . الذراعان عاليا ) ثني الجذع أماما أسفل والضغط .** | ANd9GcR9YyCSfjEAbI67OXah1XkGdmbBsE5uGsDhZFn_SM_uxkYx5vne9Q **11082011096 usp1-ps-blla3a-032e8f3a3c** |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **ـ عرض مرئي لجري المسافات المتوسطة ( 800, 1500) وشرح الفنيات الآتية : ـ الجري على الامشاط , تنظيم التنفس , ميل الجذع للأمام والحركة التبادلية للذراعين .**  **ـ يجري المتسابق بسرعة 75% من قدرته حتى آخر 400ثم 200ب90 %ثم آخر 200 بنسبة 100% .** | **020230-2016-1020230-2016-1** |
| **تطبيقي** | **20د** | يقسم الفصل مجموعات للتنافس في المسافات المتوسطة حسب إمكانيات المدرسة مع ملاحظة الأداء من المعلم وتصحيح الأخطاء وعمل منافسة بين المجموعات |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الاغتسال ،الانصراف إلى الفصل بشكل منظم | اماكن الإغتسال |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** | **الأول** |
| **الصف** | **ثاني متوسط** |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |  |
| --- | --- |
| **1- مهاري/ يذكر أنواع الجري المتوسط** |  |
| **2- معرفي/ يستطيع أن يخطط لمسافات الجري المتوسط** |  |
| **3- وجداني/ حريص على الوقت** |  |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

الاستقبال بالساعدين من أسفل الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | وسيلة إيضاح ـ  ملعب كرة طائرة  وكرات طائرة  ساحة مناسبة |  |
| **إحماء** | **5د** | **صيد يقسم الفصل إلى قسمين قسم منهم داخل دائرة كبيرة ويمثل الحمام والقسم الثاني منتشراً حول الدائرة ويمثل الصيادين ويبدأ اللعب بأن يصوب الصيادون الكرة على الحمام داخل الدائرة ومن يصاب من الحمام ينضم إلى الصيادون إلى أن يبقى أخر الحمام ويكون هو الفائز** |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **وقوف0 الساعدين أماما )الوثب فى المكان مع تبادل لمس الركبتين بالكفين**  **(وقوف0 الزراعيين خلف المقعدة) الجري فى المكان مع لمس الكفين بالمعقبين**  **(وقوف) الوثب عاليا مع ثنى الركبتين على الصدر** |  |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **-- شرح مبسط لمهارة الاستقبال بالساعدين من الجانب باستخدام الوسيلة التعليمية .**  **- مشاهدة نموذج حي لكل مرحلة من المراحل الفنية للأداء كالتالي :-**  **- من وقفة الاستعداد المنخفضة والجانب للشبكة مد الذراعان أماما ومسك اليدين .**  **- مد مفاصل الجسم ومرجحة الذراعين من أسفل لأعلي بضرب الكرة بالجزء الأول للساعدين** | ANd9GcRBakW7ukTFVbX68I3aeVQ2rMAMRJliUc7NQE0OxggjIZhIt4RL |
| **تطبيقي** | **20د** | **- بعد إعادة شرح مادة الدرس يتم تقسيم الفصل إلي مجموعتين متساويتين أمام كل مجموعة رامي ويقوم الطالب الذي عليه الدور بالإستقبال بالساعدين من الجانب مع التبديل وتصحيح الأ خطاء من المعلم** |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الاغتسال ،الانصراف إلى الفصل بشكل منظم | أماكن الاغتسال |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** | **الأول** |
| **الصف** | **ثاني متوسط** |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |
| --- |
| **1- مهاري : أن يؤدي الطالب الاستقبال بالساعدين من الجانب .** |
| **2- معرفي : أن يذكر الطالب المراحل الفنية لأداء الاستقبال بالساعدين من الجانب** |
| **3- وجداني : أن يقدر الطالب قيمة الروح الرياضية المنبثقة من الخلق الإسلامي .** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **نشاط اضافي :** | **عمل مباريات مصغرة في الكرة الطائرةوالتركيز علي مهارة الغسقبال من أسفل** | **واجب منزلي :** | **من خلال بطاقة المنزل متابع أدء الطالب للإستقبال من أسفل** |

الضربة الساحقة المستقيمة الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | ملعب الكرة الطائرة – كرات طائرة – وسيلة ايضاح |  |
| **إحماء** | **5د** | **الجري حول الملعب .الجري مع دوران الذراع الأيمن للأمام ثم للخلف .الجري مع دوران الذراع الأيسر للأمام ثم للخلف .** |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | (وقوف)الوثب بالقدمين في جميع الاتجاهات .  (وقوف) الوثب العمودي مع رفع الذراعين عاليا .  (وقوف) الوثب الجانبي أمام الشبكة مع رفع الذراعين عاليا **.** |  |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **- - شرح مبسط لمهارة الضربة الساحقة المستقيمة باستخدام الوسيلة التعليمية**  **- مشاهدة نموذج حي لكل مرحلة من المراحل الفنية للأداء كالتالي :-**  **- الاقتراب من وضع الاستعداد المتوسط خلف خط الهجوم مع مرجحة الذراعين .**  **- الارتقاء والوثب عاليا بمواجهة الشبكة مع مد مفاصل الجسم ودفع الذراعين عاليا .**  **- تكون الذراع الضاربة منثنية للخلف والمرفق لأعلي مع تقوس الظهر للضرب ثم الهبوط .** | ANd9GcTr5pVtm_X6i89hSWlpXbylZyIpWwe7mKE86TxQAxmtToTV6evg |
| **تطبيقي** | **20د** | **-بعد إعادة شرح مادة الدرس ، يتم تقسيم الفصل إلي مجموعتين متساويتين امام الشبكة مع وجود معد لكل مجموعة ويتم اداء الضربة الساحقة المستقيمة بالتناوب بين المجموعات تحت إشرلف المعلم لتصحيح الأخطاء** |
| **الختامي** | |  | مرجحات ـ إطالة ـ الاغتسال |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** | **الأول** |
| **الصف** | **ثاني متوسط** |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |
| --- |
| **1- مهاري/ أن يؤدي الطالب الضربة الساحقة المستقيمة .** |
| **2- معرفي/ أن يعدد الطالب المراحل الفنية لأداء الضربة الساحقة المستقيمة** |
| **3- وجداني/ أن يعدد الطالب المراحل الفنية لأداء الضربة الساحقة** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

تعزيز بعض القوانين الضرورية طائرة الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **نشاط اضافي :** | **عمل مباريات مصغرة في الكرة الطائرة والتركيز علي الضربة الساحقة** | **واجب منزلي :** | **من خلال بطاقة المنزل متابع أدء الطالب للضربة الساحقة** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | **ملعب الكرة الطائرة – كرات طائرة – وسيلة ايضاح** | الوصف: http://www.bdnia.com/wp-content/uploads/012930-2312-7.png |
| **إحماء** | **5د** | **سباق نقل الكرات :-يقسم الفصل إلى أربع قاطرات يقفون على خط البداية ، وأمام كل قاطرة سلة من الكرات ، وفي المنتصف مقعد سويدي بعد الصافرة يجري الأول من كل قاطرة لأخذ الكرة من السلة والجري فوق المقعد السويدي مع الاتزان ونقلها إلى السلة الأخرى الموجودة على خط النهاية ثم العودة …. وهكذا حتى نقل جميع الكرات والقاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة .** |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | (وقوف0 انثناء عرضا) ضغط الذراعين للخلف ثم مدهما والضغط خلفا .  (وقوف) رمي كرة طبية لأبعد مسافة ممكنة .  (وقوف) ضرب الريشة علي دوائر مرسومة علي الحائط بالمضرب .. |  |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **عرض وسيلة تعليمية لتعزيز معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة في الكرةالطائرة**  **- عدد أفراد الفريق المدون في استمارة التسجيل 12 لاعب ، منهم 6 لاعبين في الملعب .**  **- عدد نقاط الشوط للفريق الفائز 25 نقطة ، وعند التعادل في النقطة 24 يستمر اللعب إلي فارق نقطتين .**  **- يسمح بإجراء ستة تبديلات كحد أقصي لكل فريق في كل شوط .** | ANd9GcTrK5EBrzoulEMimlKgWG3PWikT4Bem3Z1W6D94d2l_Zp2FXLXnKw |
| **تطبيقي** | **20د** | **- بعد إعادة شرح مادة الدرس ، يتم تقسيم الفصل إلي مجموعتين متساويتين .**  **- المجموعة الأولي تراجع مع المعلم قانون الكرة الطائرة مع أصلاح الأخطاء القانونية**  **- المجموعة الأخرى تشارك في منافسة مصغرة في الكرة الطائرة يحكمها مجموعة من الطلاب، ثم التبديل بين المجموعتين بعد مرور زمن معين للأداء .** |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ـ اطالة ـ الاغتسال ـ والانصراف بشكل منظم |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** |  |
| **الصف** |  |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |
| --- |
| **1- مهاري/ أن يشارك الطالب في منافسة مصغرة ويمارس بعض مهام التحكيم في الكرة الطائرة .** |
| **2- معرفي/ - أن تتعزز لدي الطالب معرفة بعض القوانين التي تحكم المنافسة في الكرة الطائرة .** |
| **3- وجداني/ أن لا يستحي الطالب من ممارسة بعض مهام التحكيم** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

تعزيز بعض القوانين الضرورية طائرة الممارسة الملاحظة واستمارة التقييم

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **نشاط اضافي :** | ***عمل مباريات مصغرة في كرالطائرةويحكمها الطلاب*** | **واجب منزلي :** | **متابعة مباراة في كرةالطائرة ورصدع قوانين الحكم** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | **ملعب الكرة الطائرة – كرات طائرة – وسيلة ايضاح** | الوصف: http://www.bdnia.com/wp-content/uploads/012930-2312-7.png |
| **إحماء** | **5د** | **سباق نقل الكرات :-يقسم الفصل إلى أربع قاطرات يقفون على خط البداية ، وأمام كل قاطرة سلة من الكرات ، وفي المنتصف مقعد سويدي بعد الصافرة يجري الأول من كل قاطرة لأخذ الكرة من السلة والجري فوق المقعد السويدي مع الاتزان ونقلها إلى السلة الأخرى الموجودة على خط النهاية ثم العودة …. وهكذا حتى نقل جميع الكرات والقاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة .** |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | (وقوف0 انثناء عرضا) ضغط الذراعين للخلف ثم مدهما والضغط خلفا .  (وقوف) رمي كرة طبية لأبعد مسافة ممكنة .  (وقوف) ضرب الريشة علي دوائر مرسومة علي الحائط بالمضرب .. |  |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **عرض وسيلة تعليمية لتعزيز معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة في الكرةالطائرة**  **- عدد أفراد الفريق المدون في استمارة التسجيل 12 لاعب ، منهم 6 لاعبين في الملعب .**  **- عدد نقاط الشوط للفريق الفائز 25 نقطة ، وعند التعادل في النقطة 24 يستمر اللعب إلي فارق نقطتين .**  **- يسمح بإجراء ستة تبديلات كحد أقصي لكل فريق في كل شوط .** | ANd9GcTrK5EBrzoulEMimlKgWG3PWikT4Bem3Z1W6D94d2l_Zp2FXLXnKw |
| **تطبيقي** | **20د** | **- بعد إعادة شرح مادة الدرس ، يتم تقسيم الفصل إلي مجموعتين متساويتين .**  **- المجموعة الأولي تراجع مع المعلم قانون الكرة الطائرة مع أصلاح الأخطاء القانونية**  **- المجموعة الأخرى تشارك في منافسة مصغرة في الكرة الطائرة يحكمها مجموعة من الطلاب، ثم التبديل بين المجموعتين بعد مرور زمن معين للأداء .** |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ـ اطالة ـ الاغتسال ـ والانصراف بشكل منظم |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** | **الأول** |
| **الصف** | **الثاني المتوسط** |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1- مهاري/ أن يشارك الطالب في منافسة مصغرة ويمارس بعض مهام التحكيم في الكرة الطائرة .** | **1- مهاري/ يؤدي الإرسال القاطع في تنس الطاولة بشكل صحيح** | **1- مهاري يجيب على الأسئلة الشفوية التي توجه اليه حول القوانين .** |
| **2- معرفي/ - أن تتعزز لدي الطالب معرفة بعض القوانين التي تحكم المنافسة في الكرة الطائرة .** | **2- معرفي/ يعدد أنواع أداء الإرسال القاطع** | **2- معرفي يمكنه تحكيم مباراة مصغرة في اليد بشكل جيد .** |
| **3- وجداني/ أن لا يستحي الطالب من ممارسة بعض مهام التحكيم** | **3- وجداني/ يتعزز لديه الروح القيادية** | **3- وجداني يحس بالمسئولية تجاه الفريق .** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

الضربة الامامية بالمضرب الخشبي الممارسة والإكتشاف الموجه الملاحظة واستمارة التقييم

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **نشاط اضافي :** | ***عمل مباريات مصغرة في كرالطائرةويحكمها الطلاب*** | **واجب منزلي :** | **متابعة مباراة في كرةالطائرة ورصدع قوانين الحكم** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | مساحة مناسبة - وسيلة إيضاح - مضارب وكرات ريشة - صافرة |  |
| **إحماء** | **5د** | شد الحبل :- يقسم الفصل قطارين متواجهين ممسكين بطرف من أطراف الحبل وعند سماع الإشارة يبدأ كل فريق بالسحب ويفوز الفريق الذى يسحب الآخر مسافة محدودة ويكرر3 مرات |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **(وقوف فتحا تشبيك اليدين أماما )لف الجذع**  **(وقوف فتحا إنحناء) مد الجذع مع رفع الذراعان عاليا**  **(وقوف مواجه تشبيك اليدين مع الزميل) تبادل ثنى الركبتين مع الزميل (:)** | 11082011117 نسخ |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة مع عرض وسيلة إيضاح وعمل نموزج يوضح :**  **ـ مرجحة الذراع الحامل للمضرب للخلف ويكون ثقل الجسم على القدم الخلفية .**  **ـ مرجحة الذراع اماما لضرب الكرة بمنتصف المضرب مع نقل ثقل الجسم على القدم الامامية** | ANd9GcRYRu0hEqujRLsmgCBU26SaaAgLob9-MbvqjYFto6U5Ue0RyWirDg |
| **تطبيقي** | **20د** | * يقسم الفصل زوجى بينهما الشبكة ويتم أداء المهارة بين الزميلين مع التدرج وزيادة المسافة ثم عمل منافة للإتقان والتثبيت |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الاغتسال ،الانصراف إلى الفصل بشكل منظم |  |  |

**نشاط إضافي : عمل مباريات كرة يد فى الفسحة ويكون الحكام من الطلاب واجب منزلي : من خلال متابعتك لمباراة كرة يد لاحظ التحكيم وسجل ملاحظاتك**

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** |  |
| **الصف** |  |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

الارسال القاطع بوجه وظهر المضرب الممارسة الملاحظة واستمارة القييم

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1- مهاري يؤدي الضربة الأمامية بالمضرب الخشبي بشكل صحيح** |  | **مهاري** |
| **2- معرفي يفرق بين الضربة الامامية في تنس الطاولة والمضرب الخشبي** |  | **معرفي** |
| **3- وجداني يسرع لإسعاف زميله عند الإصابة** |  | **- وجداني** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | ساحة المدرسة **ـ خطوط تحديد ـ وسيلة إيضاح ـ مضارب خشبية** | ANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0qANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0q |
| **إحماء** | **5د** | لعبة بر وبحر :- يقسم الفصل مجموعتين يقفا خلف خط في منطقة بر وعند سماع بحر يقف الطلاب فوق الخط (بحر) ويردد المعلم بر وبحر ومن يخطئ يخرج ويكرر حتى معرفة الفائز |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **(انبطاح مائل) ثني الذراعين**  **(انبطاح) من الذراعين كاملا مع رفع الرجلين للتقوس**  **(انبطاح) من الذراعين و الثبات 5 عدات** | ANd9GcS9F17erTu3o5K-cUt3iFjAXfoNFmoK3rc9xf_ZGAW2UFuFE4kppw **images (31)** |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة وعرض وسيلة إيضاح وعرض عليها الاتي :-**  **القبض على المضرب بإصبعي الإبهام والسبابة دون تصلب**  **لف باقي الأصابع حول المقبض لإحكام المسك**  **حرية حركة الذراع الكامل المسك والضرب بانسيابية** | ANd9GcTp48N182gpcuOEhjwvOduvbEtkAioGJ_04lv8MQuWegQGdUQA3sQ |
| **تطبيقي** | **20د** | من الانتشار الحر في الملعب يقوم الاعب بمسك المضرب بالطريقة الصحيحة عدة مرات مع تصحيح الأخطاء مع الزميل تحت إشراف المعلم |
| **الختامي** | |  | **مرجحات مختلفة ، إطالة ، الاغتسال ،الانصراف إلى الفصل بشكل منظم** |  |  |

**نشاط إضافي : عمل مباريات في تنس الطاولة فى الفسحة والتركيز على الارسال القاطع واجب منزلي : من خلال متابعتك لمباراة تنس طاولة عدد انواع الإرسال**

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** |  |
| **الصف** |  |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |
| --- |
| **1- مهاري/ يؤدي الإرسال القاطع في تنس الطاولة بشكل صحيح** |
| **2- معرفي/ يعدد أنواع أداء الإرسال القاطع** |
| **3- وجداني/ يتعزز لديه الروح القيادية** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

المضربة الامامية بالمضرب الخشبي الممارسة

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | مساحة مناسبة - وسيلة إيضاح - مضارب وكرات ريشة - صافرة |  |
| **إحماء** | **5د** | شد الحبل :- يقسم الفصل قطارين متواجهين ممسكين بطرف من أطراف الحبل وعند سماع الإشارة يبدأ كل فريق بالسحب ويفوز الفريق الذى يسحب الآخر مسافة محدودة ويكرر3 مرات |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **(وقوف فتحا تشبيك اليدين أماما )لف الجذع**  **(وقوف فتحا إنحناء) مد الجذع مع رفع الذراعان عاليا**  **(وقوف مواجه تشبيك اليدين مع الزميل) تبادل ثنى الركبتين مع الزميل (:)** | 11082011117 نسخ |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة مع عرض وسيلة إيضاح وعمل نموزج يوضح :**  **ـ مرجحة الذراع الحامل للمضرب للخلف ويكون ثقل الجسم على القدم الخلفية .**  **ـ مرجحة الذراع اماما لضرب الكرة بمنتصف المضرب مع نقل ثقل الجسم على القدم الامامية** | ANd9GcRYRu0hEqujRLsmgCBU26SaaAgLob9-MbvqjYFto6U5Ue0RyWirDg |
| **تطبيقي** | **20د** | * يقسم الفصل زوجى بينهما الشبكة ويتم أداء المهارة بين الزميلين مع التدرج وزيادة المسافة ثم عمل منافة للإتقان والتثبيت |
| **الختامي** | |  | مرجحات مختلفة ، إطالة ، الاغتسال ،الانصراف إلى الفصل بشكل منظم |  |  |

**نشاط إضافي : عمل مباريات كرة طائرة فى الفسحة والتركيز على الاستقبال من أسفل واجب منزلي : من خلال متابعتك لمباراة كرة طائرة كم عدد مرات الاستقبال من أسفل**

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** |  |
| **الصف** |  |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |
| --- |
| **1- مهاري يؤدي الضربة الأمامية بالمضرب الخشبي بشكل صحيح** |
| **2- معرفي يفرق بين الضربة الامامية في تنس الطاولة والمضرب الخشبي** |
| **3- وجداني يسرع لإسعاف زميله عند الإصابة** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :** الملاحظة واستمارة التقييم

الضربة الساحقة

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | ساحة مناسبة - وسيلة إيضاح - مضارب وكرات  مضرب - صافرة | الوصف: http://www.bdnia.com/wp-content/uploads/012930-2312-2.png |
| **إحماء** | **5د** | **لعبة التخلص من الكرة :- يقسم الفصل فريقين بينهما خط فاصل ومع كل فريق عدد متساوي من**  **الكوريقوم برميها في الملعب الآخروعند صافرة النهاية يفوزالفريق الذي لديه أقل عدد من الكرات** |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **(وقوف فتحا0 تشبيك اليدين أماما) لف الجذع**  **(وقوف فتحا0 إنحناء) مد الجذع مع رفع الذراعان عاليا**  **(وقوف مواجه 0اليدين تشبيك مع الزميل) تبادل ثنى الركبتين مع الزميل (:)** |  |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | - شرح مبسط لمهارة الضربة الساحقة بوجه المضرب باستخدام الوسيلة التعليمية .  - مشاهدة نموذج حي لكل مرحلة من المراحل الفنية للأداء كالتالي :-  - من وقفة الاستعداد قريبا من الطاولة ويكون المضرب في مستوي الكتف .  - يتم سحق الكرة المرتدة عاليا من الطاولة بمقدمة المضرب بقوة والمتابعة للأمام | ANd9GcRUPGhvz1XOAmp7o4ixYj9uE3lbpcvxtTz2PTvL3J6gjDRPSDiY |
| **تطبيقي** | **20د** | بعد إعادة شرح مادة الدرس ، يتم تقسيم الفصل إلي مجموعتين متساويتين .  - المجموعة الأولي تؤدي الضربة الساحقة بوجه المضرب زوجي مع أصلاح الأخطاء الفنية للأداء من المعلم وتشجيع المتميزين  - المجموعة ال أخرى تتنافس في كرة المضرب مع التركيز على مهارة الإرسال من الجانب ثم التبديل بين المجموعتين بعد مرور زمن معين للأداء |
| **الختامي** | | **2د** | **مرجحات مختلفة – اطالة – الاغتسال – الإنصراف إلى الفصل بشكل منظم** | **مغاسل المدرسة** |

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** |  |
| **الصف** |  |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |
| --- |
| **1- مهاري/ أن يؤدي الطالب الضربة الساحقة بوجه المضرب .** |
| **2- معرفي/ أن يذكر الطالب الطريقة الفنية لأداء الضربة الساحقة بوجه المضرب** |
| **3- وجداني/ أن يؤدي الطالب الضربة الساحقة بوجه المضرب .** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :** الملاحظة واستمارة التقييم

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **نشاط اضافي :** | **عمل مباريات مصغرة في كرةاالطاولة والتركيز علي الضربة الساحقة بوجه المضرب** | **واجب منزلي :** | **متابعة مباراة في كرة المضرب ورصدعدد الضربات الساحقة** |

تعزيز معرفة بعض القوانين الضرورية في كرة الطاولة الممارسة

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :** الملاحظة واستمارة التقييم

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** |  |
| **الصف** |  |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

الأهداف السلوكية

|  |
| --- |
| **1- مهاري/ أن يؤدي الطالب الضربة الساحقة بوجه المضرب .** |
| **2- معرفي/ أن يذكر الطالب الطريقة الفنية لأداء الضربة الساحقة بوجه المضرب** |
| **3- وجداني/ أن يؤدي الطالب الضربة الساحقة بوجه المضرب .** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | ساحة مناسبة - وسيلة إيضاح - مضارب وكرات مضرب - صافرة | الوصف: http://www.bdnia.com/wp-content/uploads/012930-2312-3.png |
| **إحماء** | **5د** | **لعبة من الأسرع :- يقف التلاميذ في صفين متساويين متواجهين المسافة بينهما مناسبة يرقم الصفين في اتجاه عكسي ، توضع في منتصف المسافة بين الصفين الكرة ( الكنز ) ، وعند ينادي المعلم أحد الأرقام يجري الذي يحمل الرقم من كل صف محاولاً أخذ الكرة قبل زميله برجله وإرجاعها إلى صفه ، والفائز تحسب له نقطه .** |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **(وقوف) الحجل في المكان علي القدم اليمني ثم التبديل علي اليسري .**  **(وقوف 0مسك المضرب) رمي الكرة لأعلي وضربها للأمام بالمضرب بعد ارتدادها من الأرض .**  **(وقوف0 مسك المضرب) تبادل تنطيط الكرة علي وجه وظهر المضرب .** |  |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **- تعزيز معرفة بعض قوانين كرة الطاولة التي تحكم المنافسة .**  **- سطح الطاولة مستطيل طوله 274 سم ، وعرضه 152.5 سم .**  **- طول الشبكة 183 سم وارتفاعها 15.25 سم .**  **- يتكون الشوط من 21 نقطة إلا عند التعادل 20 نقطة يستمر اللعب حتى يصل الفارق بين اللاعبين إلي نقطتين** . | ANd9GcTAg3JaByQnZUeRKVRnImMTOzHYYCTEw-qU4H1O6YQBlBrhPmV3 |
| **تطبيقي** | **20د** | **- بعد إعادة شرح مادة الدرس ، يتم تقسيم الفصل إلي مجموعتين متساويتين .**  **- المجموعة الأولي تراجع قانون الطاولة مع المعلم ،**  **- المجموعة الأخرى تشارك في منافسة مصغرة في كرة الطاولة ، ثم التبديل بين المجموعتين بعد مرور زمن معين للأداء مع أصلاح الأخطاء الفنية للأداء** |
| **الختامي** | | **2د** | **مرجحات مختلفة – اطالة – الاغتسال – الإنصراف إلى الفصل بشكل منظم** | **مغاسل المدرسة** |

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** | **الأول** |
| **الصف** | **الثاني المتوسط** |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **1- مهاري/ يؤدي الإرسال القاطع في تنس الطاولة بشكل صحيح** | **1- مهاري يجيب على الأسئلة الشفوية التي توجه اليه حول القوانين .** |
| **2- معرفي/ يعدد أنواع أداء الإرسال القاطع** | **2- معرفي يمكنه تحكيم مباراة مصغرة في اليد بشكل جيد .** |
| **3- وجداني/ يتعزز لديه الروح القيادية** | **3- وجداني يحس بالمسئولية تجاه الفريق .** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | ساحة المدرسة **ـ خطوط تحديد ـ وسيلة إيضاح ـ مضارب خشبية** | ANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0qANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0q |
| **إحماء** | **5د** | لعبة بر وبحر :- يقسم الفصل مجموعتين يقفا خلف خط في منطقة بر وعند سماع بحر يقف الطلاب فوق الخط (بحر) ويردد المعلم بر وبحر ومن يخطئ يخرج ويكرر حتى معرفة الفائز |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **(انبطاح مائل) ثني الذراعين**  **(انبطاح) من الذراعين كاملا مع رفع الرجلين للتقوس**  **(انبطاح) من الذراعين و الثبات 5 عدات** | ANd9GcS9F17erTu3o5K-cUt3iFjAXfoNFmoK3rc9xf_ZGAW2UFuFE4kppw **images (31)** |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة وعرض وسيلة إيضاح وعرض عليها الاتي :-**  **القبض على المضرب بإصبعي الإبهام والسبابة دون تصلب**  **لف باقي الأصابع حول المقبض لإحكام المسك**  **حرية حركة الذراع الكامل المسك والضرب بانسيابية** | ANd9GcTp48N182gpcuOEhjwvOduvbEtkAioGJ_04lv8MQuWegQGdUQA3sQ |
| **تطبيقي** | **20د** | من الانتشار الحر في الملعب يقوم الاعب بمسك المضرب بالطريقة الصحيحة عدة مرات مع تصحيح الأخطاء مع الزميل تحت إشراف المعلم |
| **الختامي** | |  | **مرجحات مختلفة ، إطالة ، الاغتسال ،الانصراف إلى الفصل بشكل منظم** |  |  |

**نشاط إضافي : عمل مباريات في تنس الطاولة فى الفسحة والتركيز على الارسال القاطع واجب منزلي : من خلال متابعتك لمباراة تنس طاولة عدد انواع الإرسال**

**الخبرة التعليمية :**

**أسلوب التنفيذ :**

**طريقة التقويم :**

|  |  |
| --- | --- |
| **الفصل الدراسي** | **الأول** |
| **الصف** | **الثاني المتوسط** |
| **الوحدة** |  |
| **مواعيد التنفيذ** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **1- مهاري/ يؤدي الإرسال القاطع في تنس الطاولة بشكل صحيح** | **1- مهاري يجيب على الأسئلة الشفوية التي توجه اليه حول القوانين .** |
| **2- معرفي/ يعدد أنواع أداء الإرسال القاطع** | **2- معرفي يمكنه تحكيم مباراة مصغرة في اليد بشكل جيد .** |
| **3- وجداني/ يتعزز لديه الروح القيادية** | **3- وجداني يحس بالمسئولية تجاه الفريق .** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **أجزاء الدرس** | | **الزمن** | **إجراءات التنفيذ** | **الوسائل** | **الرسم التوضيحي** |
| **تمهيدي** | إ**داري** | **2د** | **النزول بنظام – تفقد الزي – حصر الغياب** | ساحة المدرسة **ـ خطوط تحديد ـ وسيلة إيضاح ـ مضارب خشبية** | ANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0qANd9GcQlkCA5fM3FYjF-_k_z-DdOG1NBeyYTkUeXtLx5YpQRCb7r-D0q |
| **إحماء** | **5د** | لعبة بر وبحر :- يقسم الفصل مجموعتين يقفا خلف خط في منطقة بر وعند سماع بحر يقف الطلاب فوق الخط (بحر) ويردد المعلم بر وبحر ومن يخطئ يخرج ويكرر حتى معرفة الفائز |
| **الإعداد البدني** | **التمرينات** | **8د** | **(انبطاح مائل) ثني الذراعين**  **(انبطاح) من الذراعين كاملا مع رفع الرجلين للتقوس**  **(انبطاح) من الذراعين و الثبات 5 عدات** | ANd9GcS9F17erTu3o5K-cUt3iFjAXfoNFmoK3rc9xf_ZGAW2UFuFE4kppw **images (31)** |
| **الجزء الرئيسي** | **تعليمي** | **7د** | **شرح مبسط للمهارة وعرض وسيلة إيضاح وعرض عليها الاتي :-**  **القبض على المضرب بإصبعي الإبهام والسبابة دون تصلب**  **لف باقي الأصابع حول المقبض لإحكام المسك**  **حرية حركة الذراع الكامل المسك والضرب بانسيابية** | ANd9GcTp48N182gpcuOEhjwvOduvbEtkAioGJ_04lv8MQuWegQGdUQA3sQ |
| **تطبيقي** | **20د** | من الانتشار الحر في الملعب يقوم الاعب بمسك المضرب بالطريقة الصحيحة عدة مرات مع تصحيح الأخطاء مع الزميل تحت إشراف المعلم |
| **الختامي** | |  | **مرجحات مختلفة ، إطالة ، الاغتسال ،الانصراف إلى الفصل بشكل منظم** |  |  |

**نشاط إضافي : عمل مباريات في تنس الطاولة فى الفسحة والتركيز على الارسال القاطع واجب منزلي : من خلال متابعتك لمباراة تنس طاولة عدد انواع الإرسال**