|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **1** | | | | **الأسبوع** | | | **الرابعة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
| **الوقوف على قدم واحدة** | | | **الوقوف الصحيح** | | | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | **تحريك الرجل من مفصل الفخذ للمدى الحركي الكامل** | | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | **صافره** | | | **أقماع** | | | | | **أن يتمكن الطالب منتحريكالرجلمنمفصلالفخذللمدىالحركيالكامل.** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
|  | | | **صورة للمهارة** | | | | | **أن يدركالطالب ضررالمشاركةالخطرةعلىالزميلأثناءممارسةالنشاطالبدني. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يقدر الطالبقيمةالنظام.** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ملاحظتهأثناءتحريكالرجلمنمفصلالفخذإلىأقصىمدىحركيللأماموالخلف .** | | | | | | | | | | | | | **2** | **ملاحظةوضعاليدينفيالوسطومرجحةالذراعين** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **عملعضليمتحرك: وهويحدثعندأداءتمريناتالمرجحات. ويتمفيهتحريكالرجلمنمفصلالفخذإلىأقصىمدىحركيللأماموللخلفوللجانب.** | | | | | | | | | | | | | **4** | **عملعضليثابت: وهويحدثعندأداءتمريناتالإطالة. ويتمفيهمدمفصلالفخذلأقصىمداهالحركيوالثباتفيالوضعأكثرمنخمسثوان.** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | **الإحماء : يقف الطلاب في 4 قاطرات وعندما ينادي المعلم أسم أحد الحيوانات يجري الأربعة الأوائل من كل قاطرة للوصول إلى خط النهاية مع تقليد الحيوانات في الصوت والحركة ......... وهكذا القاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة.**  **الوقوف على قدم واحدة**  **ـ التأكد من المتطلب السابق ( الوقوف الصحيح ) مع ملاحظه الأداء الصحيح وتطبيقها من الطلاب.**  **ـ تعريف الطلاب بالاتزان وانه متطلب أساسي لأداء كثير من المهارات الحركية**  **ـ الجري في الفراغ داخل ساحة النشاط المحددة بالأقماع مع تغيير الاتجاه وعند سماع الصافره يقف الطلاب ثم يقوم المعلم بالوقوف على قدم واحده ويطلب من الطلاب أن يقلدوه ثم يتدرج برفع الذراعين عاليا و جانبا للاتزان**  **ـ يتم الإشارة إلى أن القدمين تسميان قاعدة ارتكازك على الأرض**  **ـ يتم تشجيع الطلاب باستمرار حتى يصلوا إلى الارتكاز على القدم**  **ـ يمر المعلم بين الطلاب محاولا الإخلال بتوازن الطلاب من خلال دفعهم دفعة بسيطة**  **ـ يتم عرض الوسيلة التعليمية مع استثارة الطلاب لأهم النقاط التي يجب مراعاتها حتى يقفوا على قدم واحده بطريقة صحيحة**  **(وقوف) مد الركبتين مع رفع الذراعين أماماً عالياً.**  **توجيه الطلاب على تنظيف مكان اللعب ووجوب عسل اليدين و الوجه قبل الدخول للفصل الدراسي التالي .** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **ـ لعبة صغيرة**  **( أفضل توازن )** | | | | | | | **ـ شرح الأداء الحركي للاتزان على قدم واحدة موضحا أوضاع الجسم في كل جزء من أجزاء الحركة**  **ـ توضيح المهارة بوسيلة تعليمية** | | | | | | | | | | | | | **1 ــ وقوفالذراعينفيالوسطمرجحةالرجلمنمفصلالفخذفيوضعمتكرر.. 2 ــ وقوفعلىمقعدسويديوالذراعينجانبامعتحريكمفصلالرجلمنمفصلالفخذمرةللأمامومرةللخلف ..**  **3 ــ وقوفالذراعينجانبامرجحةالرجلمنمفصلالفخذللأماموللخلف** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | **هليعددالطالبالخطواتالفنيةلمهارةتحريكالرجلمنمفصلالفخذ.** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة تحريك الرجل من مفصل الفخذ للمدى الحركي الكامل** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة ترسل إلى ولي الأمر للإجابة عليها**  **ـ هل بإمكان الطالب تحريك الرجل من مفصل الفخذ للمدى الحركي الكامل مع التحكم في الجسم جيدا؟** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
|  | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **2** | | | | **الأسبوع** | | | **الرابعة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
| **الوعي بالقوة اللازمة لتحريك الجسم أو أجزاء منه** | | | | | | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **صعود السلم** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | **سلم خشبي** | | | **صافره** | | | | | **أن يصعدالطالب السلمبطريقةصحيحة** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **عقل حائط** | | | **صورة للمهارة** | | | | | **أن يدرك الطالبضررالمشاركةالخطرةعلىالزميلأثناءممارسةالنشاطالبدني. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | | **حائط** | | | | | **أن يبرز الطالب قدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركية** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **٢- عموديعندمايكونمستنداًعلىحائطومثبتاًفيهجيداً (عقلحائط).** | | | | | | | | | | | | | **2** | **تشملهذهالمهارةالصعودعلىسلمخشبيوهوفيوضعين:**  **١- مائلبزاويةتقدرمن٣٠ - ٤٥درجةعندمايكونمستنداًمنطرفهالعلويعلىمكانمرتفع، ومثبتاًجيداًمنطرفهالسفليفيالأرض.** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **تبدأحركةالصعودبوضعإحدىالقدمينعلىأولدرجةللسلموالضغطعليهالأسفلمعرفعالقدم الأخرىعنالأرضلوضعهاعلىالدرجةالتالية،وفينفسالوقتترفعاليدالمقابلةعنالدرجةالممسكة بهالتمسكبالدرجةالأعلى** | | | | | | | | | | | | | **4** | **يكونالطالبفيوضعالوقوفالمواجهللسلم،معالإمساكباليدين**  **لإحدىدرجاتالسلمالتيتكونفيمستوىالصدر وتكونالقدمانعلىالأرضبجانببعضهما.** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | | | | | | | | **6** | **تكررالحركةبالقدمواليدالأخريين،وتستمرعلىهذاالنحوبالتبادل** | | | | | | | | | | | | | **5** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | **(وقوف) الانتشار الحر في الفناء ، الجري عند سماع صوت الصافره، يكون كل سبع تلاميذ فيما بينهم خط مستقيم .**  **(وقوف) تصويب كيس الحبوب علي علبة فارغة علي الأرض .**  **(وقوف) الجري ومع الإشارة التبديل للحجل .**  **(وقوف) الصعود علي مقعد سويدي .**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **- شرح مبسط لمهارة التسلق بطريقة صحيحة وموجزة .**  **- أداء نموذج حركي للمهارة يوضح فيه مايلي :-- تبدأ حركة التسلق باليدين لمسك أداة التسلق بتحكم .**  **- تعقب اليدين ، حركة القدمين بالارتكاز علي الأداة المراد تسلقها . الجري الخفيف حول الملعب - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلي الفصل بشكل منظم .** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **يقسم المعلم الفصل إلي أربع مجموعات ، كل مجموعة تقوم بصعود السلم لتناول الأدوات التي في نهاية السلم ثم النزول ويحسب المعلم الزمن الذي استغرقته كل مجموعة ، وتفوز المجموعة الأسرع** | | | | | | | **ـ شرح مواصفات الأداء الحركي صعود السلم ،موضحا أوضاع الجسم في كل جزء من أجزاء الحركة**  **ـ توضيح الأداء الصحيح لصعود السلم و أوضاعه المختلفة** | | | | | | | | | | | | | **- التدرج في الصعود من درجة إلي أخري بإيقاع منتظم .**  **- أداء الصعود علي القدم بالكامل المشطين والكعبين .**  **- يمكن السند علي الحائط في بداية التعلم مع النظر لأعلي .** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | **عرض رسوم وصور توضيحية لمواصفات الأداء الحركي للمهارة ويطلب من الطلاب ترتيبها** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة صعود السلم** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة ترسل إلى ولي الأمر للإجابة عليها**  **ـ هل بإمكان الطالب صعود السلم من نقطة إلي أخرى مع التحكم في الجسم جيدا؟**  **ـ هل بوسعه أداء صعود السلم بانسياب دون تكلف أو تصلب في الجسم ؟ ـ هل يمكنه التوقف عن صعود السلم دون انزلاق ؟** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **3** | | | | **الأسبوع** | | | **الرابعة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | | **الوقوف على قدم واحدة** | | | | | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **الاتزان فوق قاعدة ثابتة** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **صافره** | | | **أقماع** | | | | | **أن يقف الطالب باتزانفوققاعدةثابتة** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **مقعد سويدي** | | | **صورة للمهارة** | | | | | **أن يدرك الطالب ضررالمشاركةالخطرةعلىالزميلأثناءممارسةالنشاطالبدني. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يبرزالطالب قدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركية** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الثباتفيوضعالوقوفلمدة٥- ٧ثواندونحركة.** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **الوقوفوالقامةمنتصبةوالرأسمعتدلوالنظرللأماموالقدمانمتلاصقتانوالذراعانبجانبالجسم.** | | | | | | | | | | | | | **1** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | **(وقوف) المشي والجري والوقوف حسب إشارات المرور عند سماع صافره المعلم واللون " الأحمر ، الأصفر ، الأخضر " (وقوف) نقل الكرات الطبية من مكان لأخر . (وقوف- مواجه) شد الحبل من الزميل (:) .**  **(وقوف) الوثب الارتدادي في المكان .**  **ـ التأكد من المتطلب السابق ( الوقوف الصحيح ) مع ملاحظه الأداء الصحيح وتطبيقها من الطلاب.**  **ـ تعريف الطلاب بالاتزان وانه متطلب أساسي لأداء كثير من المهارات الحركية**  **ـ الجري في الفراغ داخل ساحة النشاط المحددة بالأقماع مع تغيير الاتجاه وعند سماع الصافره يقف الطلاب ثم يقوم المعلم بالوقوف و الاتزان فوق قاعدة ثابتة ويطلب من الطلاب أن يقلدوه ثم يتدرج برفع الذراعين عاليا و جانبا للاتزان**  **ـ يتم الإشارة إلى أن المقعد السويدي تسمى قاعدة ثابتة على الأرض**  **ـ يتم تشجيع الطلاب باستمرار حتى يصلوا إلى الارتكاز على القدم**  **ـ يمر المعلم بين الطلاب محاولا الإخلال بتوازن الطلاب من خلال دفعهم دفعة بسيطة**  **ـ يتم عرض الوسيلة التعليمية مع استثارة الطلاب لأهم النقاط التي يجب مراعاتها حتى يتم الاتزان فوق قاعدة ثابتة بطريقة صحيحة**  **ــ (وقوف) مد الركبتين مع رفع الذراعين أماماً عالياً.**  **توجيه الطلاب على تنظيف مكان اللعب ووجوب عسل اليدين و الوجه قبل الدخول للفصل الدراسي التالي .** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :يتم تقسيم الفصل إلي مجموعتين متجانستين ، الأولي تقوم بالأداء علي مقعد سويدي والمشي مع رفع الذراعين جانبا ، الثانية تقوم بالأداء علي صندوق مقسم منخفض ، مع ثني ومد الركبتين .** | | | | | | | | **ـ شرح الأداء الحركي للاتزان فوق قاعدة ثابتة موضحا أوضاع الجسم في كل جزء من أجزاء الحركة**  **ـ توضيح المهارة بوسيلة تعليمية** | | | | | | | | | | | | | **- الوقوف علي القدمين بالكامل المشطين والكعبين**  **- عند تعثر الاتزان يتم رفع الذراعين جانبا لحفظ توازن الجسم .** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **ـ طرح الأسئلة على الطلاب والتي تتضمن مواصفات الأداء الحركي للاتزان فوق قاعدة ثابتة .**  **ـ إدراك الجهد المبذول في المحافظة على الاتزان** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة الاتزان فوق قاعدة ثابتة** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة إلى ولي الأمر يطلب منه متابعه ابنه في عدد من المواقف الحياتية**  **ـ أن يشترك مع الابن في لعبة الاتزان فوق قاعدة ثابتة ولمدة لاتقل عن 5 ثواني**  **ـ أن يقوم الابن و الأب بالاتزان بعد سماع صوت محدد و البقاء أطول فترة زمنيه** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **4** | | | | **الأسبوع** | | | **الرابعة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | | **رمي الكرة** | | | | **مسك الكرة** | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **لقف الكرة** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **صافره** | | | **كرات مختلفة الحجم** | | | | | **أن يلقف الطالبالكرةبطريقةصحيحة.** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **نموذج للمهارة** | | | **أقماع** | | | | | **أن يدرك الطالب ضررالمشاركةالخطرةعلىالزميلأثناءممارسةالنشاطالبدني. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يبرز الطالب قدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركية** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **تُثنىالذراعانعندالتقاءالكرةلامتصاصقوةاندفاعالكرة.** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **تكونالذراعانممدودتينفيمساراتجاهالكرة** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **الإبهامانمتقابلانللداخلعندلقفالكرةمنأعلى،ومتعاكسانللخارجعندلقفهامنأسفل** | | | | | | | | | | | | | | **4** | **يتعدّلوضعالذراعينبحسبمستوىطيرانالكرة.** | | | | | | | | | | | | | **3** |
| **ثنيالذراعينلمتابعةمسارالكرةبعدلقفهاللتحكمفيهاوالسيطرةعليها.ويلاحظعمليةمتابعةالعينينلمسارحركةالكرة.** | | | | | | | | | | | | | | **6** | **تُراعىحركةمدالذراعينالتمهيديةفياتجاهمسارالكرةقبللقفهالامتصاصقوةاندفاعها،** | | | | | | | | | | | | | **5** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | **( وقوف) انتشار حر في الفناء والجري عند سماع الصافره الوقوف الصحيح والتسليم علي أقرب زميل .**  **(وقوف) الوثب الارتدادي في المكان لمدة (15) ث .(وقوف) الجري السريع مع عمل زحلقة جانبية .**  **(وقوف) الجري الزجزاج بين الكرات الطبية .**  **ـ التأكد من المتطلب السابق (مسك الكرة ) ( رمي الكرة ) مع ملاحظه الأداء الصحيح وتطبيقها من الطلاب.**  **ـ التأكيد على أنه ينبغي على كل طالب مراعاة العلاقة بينه وبين زملائه وبينه وبين الكرة و الوعي بالحيز الشخصي**  **ــ إعطاء الطلاب عده دقائق لأخذ الإحساس بالكرة ومن ثم يلفت المعلم انتباه كل طالب إلى الحيز الشخصي**  **ـ عرض الوسيلة التعليمية لأداء المهارة بطريقة صحيحة**  **ــ أداء رمي الكرة و لقفها باليدين (للكرات الكبيرة ) و(للكرات الصغيرة ) مع ذكر مواصفات الأداء الصحيح لتسليم و تسلم الكرة بشكل صحيح**  **ـ أداء المهارة كاملة مع التركيز في حالة استخدام كلتا اليدين للقف الكرة**  **ـ مواجهة كل طالب زميلة ومع واحد منهما كرة ، ليقوم أحد الطلاب برمي الكرة لزميلة من مستويات مختلفة ليقوم الطالب الأخر بلقفها من مستويات مختلفة أيضا . ــ (وقوف) مرجحة الذراعين أماماً أسفل.**  **توجيه الطلاب على تنظيف مكان اللعب ووجوب غسل اليدين و الوجه قبل الدخول للفصل الدراسي التالي .** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **يقسم المعلم الفصل لأربع مجموعات كلا منها تقف علي شكل دائرة وفي الوسط زميل يقوم برمي ولقف الكرة لباقي الزملاء وتنجح المجموعة التي تستطيع أفرادها رمي ولقف الكرة دون السقوط قبل الآخرين .** | | | | | | | | **ـمساعدة الطلاب على إدراك الإحساس بالكرة**  **ـ شرح مواصفات الأداء الصحيح لقف الكرة**  **ـ إعطاء فكرة للطلاب عن أجزاء الجسم التي تشترك في تحريك الكرة** | | | | | | | | | | | | | **- اللقف بامتداد الذراعين للأمام ، ثم الاستلام والسحب في اتجاه الجسم .**  **- يتم لقف الكرات بأطراف الأصابع بدون تصلب .** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **ـمساعدة الطلاب على إدراك الإحساس بالكرة**  **ـ شرح مواصفات الأداء للقف الكرة باليدين**  **ـ إعطاء فكرة للطلاب عن أجزاء الجسم التي تشترك في تسلم** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة لقف الكرة** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة المتابعة إلى ولي الأمر موضح فيها الأتي**  **ـ هل الابن في المنزل يمسك بالأشياء بشكل صحيح**  **ـ هل يستعمل الطالب كلتا اليدين للقف الأشياء بشكل صحيح** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **5** | | | | **الأسبوع** | | | **الخامسة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
| **الرقود الصحيح على الظهر** | | | **الوقوف الصحيح** | | | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **اللفحولالمحورالطوليللجسم** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | **أحبال** | | | **صافره** | | | | | **أن يؤدي الطالب اللفحولالمحورالطوليللجسم** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **نموذج للمهارة** | | | **أقماع** | | | | | **أن يدرك الطالبكيفيةاتزانالجسمأثناءالثبات. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | | **مراتب** | | | | | **أن يقدر الطالبقيمةالصدق** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **شجعالطلابعلىلفأجسامهملأكثرمنلفةمعالتحكمالجيدفيالجسم.** | | | | | | | | | | | | | **2** | **لفالجسملفكلٍّمنالعمودالفقري،والرقبة،والأكتاف،والحوض،واليدين.** | | | | | | | | | | | | | **1** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | **(وقوف- ثبات الوسط) التقدم بالوثب (1- 4) ثم التصفيق مع الجري (5- 8) .... ويكرر**  **العمل في مجموعة ( محطات ) :-**  **(وقوف) نط الحبل .(وقوف) الوثب الارتدادي في المكان .**  **(وقوف) الجري حول المجموعات .... مع التبديل بين المجموعات .**  **ـ (وقوف ) الوثب لأعلى مع عمل ربع لفة, نصف لفة, لفة كاملة.**  **ـ التأكد من المتطلب السابق (الوقوف الصحيح ) و ( الرقود الصحيح على الظهر ) مع ملاحظه الأداء الصحيح وتطبيقها من الطلاب.**  **ـ التأكيد على أنه ينبغي على كل طالب مراعاة العلاقة بينه وبين زملائه و الوعي بالحيز الشخصي**  **- ( وقوف )الدوران يميناً, شمالاً, عكس عقارب الساعة, الجنوب, الشرق, الغرب الذراعين جانباً وتقليد حركة الهليكوبتر الخ..... .- ( وقوفنصفاً ) دوراً ببطء و بسرعة مع التوازن.**  **لعبة صغيرة (- أفضل أداء: )**  **الجري الحر في الملعب عند الإشارة أداء الدوران حول المحور الطولي يشجع المدرس الطالب الأفضل أداء وهكذا...**  **( وقوف ) الميل إماما أسفل والثبات أربع عدات. ــ (وقوف) مرجحة الذراعين أماماً أسفل.**  **توجيه الطلاب على تنظيف مكان اللعب ووجوب غسل اليدين و الوجه قبل الدخول للفصل الدراسي التالي .** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **تقسم الفصل إلي أربع مجموعات تقوم كل مجموعة بأداء نوع معين من الدوران ثم التبديل بين المجموعات، مع التعزيز اللفظي للأداء الجيد لأفضل مجموعة** | | | | | | | **ـ توجيه بعض الأسئلة عن الوعي بالجسم وأجزائه من الثبات ومن الحركة**  **ـ إعطاء الطلاب فكرة موجزة لمستواهم المعرفي عن محاور الجسم المختلفة وكيفية الدوران حول هذه المحاور** | | | | | | | | | | | | | **- الوثب لأعلي مع عمل لفه كاملة، نصف لفه ، ربع لفه .**  **- الوقوف نصفا والدوران ببطء وبسرعة مع التوازن .**  **- مد الذراعين جانبا وتقليد حركة الطائرة الهيلوكبتر .** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | **ـ عرض رسوم و صور توضيحية لأجزاء الجسم وطرح أسئلة على الطلاب عن أسمائها .**  **ـ أسئلة عن تسمية الفراغ ( الشخصي ) و الفراغ العام و الفرق بينهما .**  **ـ أسئلة الطلاب عن الاتجاهات وكيفيه تميزها** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة اللفحولالمحورالطوليللجسم** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة المتابعة إلى ولي الأمر موضح فيها الأتي**  **ـ هل الابن في المنزل يستطيع أن يلفحولالمحورالطوليللجسم بشكل صحيح**  **ـ هل يستطيع الابن تحديد المحور الطولي للأشياء المحيطة حوله في المنزل** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **6** | | | | **الأسبوع** | | | **الخامسة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | |  | | | | **التوافق العضلي** | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **الزحفالصحيح** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **مراتب** | | | **صافره** | | | | | **أن يزحف الطالبعلىالأرضمعتمداًعلىالرجلينوالذراعينبصورةصحيحة** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **نموذج للمهارة** | | | **أقماع** | | | | | **أن يدرك الطالب كيفيةاتزانالجسمأثناءالثبات. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يبرز الطالبقدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركية** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **يتمأداءالزحفبتزامنحركةالذراعمعحركةالرجلمننفسالجانبمنالجسموتشبهحركةالجسمالحركةالثعبانية؛بحيثتبدأبحركةالذراعمتبوعةبحركةالرجل.** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **تحريكالجسمللأماممنوضعالانبطاحعلىالأرضمعبقاءمعظمالجزءالأماميمنالجسمملاصقاًللأرضوالرأسعلىامتدادالجسموالنظرمتجهللأمام** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **يتمالاحتفاظبالذراعينمنثنيتينأمامالصدروكذلكالاحتفاظبمفصلالركبةمنثنياًعندالانتقالثممدهعندالدفع** | | | | | | | | | | | | | | **4** | **تعتمدالحركةعلىالساعدينلسحبالجسموعلىالرجلينلدفعالجسم،** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | **( وقوف) المشي والجري علي حدود الملعب، مع التغيير في السرعة ، .. والتوقف عند سماع الصافره**  **(وقوف- فتحا- ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع علي الجانبين.(وقوف- الذراعين جانبا) تبادل لف الجذع علي الجانبين .**  **(وقوف- الذراعين جانبا) عمل دوائر بالذراعين (1- 4) للأمام (5- 8)للخلف ويكرر من(1- 8) . ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ( رقود ) عند الإشارة التحول سريعاً لوضع الانبطاح.**  **( وقوف مواجه حواجز عدد 2 ) الزحف على الأرض معتمدان على الرجلين والذراعين بصورة صحيحة.**  **لعبة صغيرة - الزحف للأمام:**  **قاطرتين أمام كل قاطرة حاجز عند الإشارة يجري الدليل من كل قاطرة حتى يصل الحجز ثم يقوم بالزحف من الأسفل ثم الجري في خط مستقيمإلى نهاية اللعب ثم العودة بالجري الحر الطالب الذي يصل أولا تحسب لفريقه نقطة ثم الطالب الذي يليه وهكذا... الفريق الذي يجمع اكبر عدد من النقاط يكون هو الفائز.**  **( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة.- المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **يتم تقسيم الفصل إلي أربع مجموعات ، كلا منها تقف علي شكت قاطرة في وضع الجثو وعند سماع الصافره يقم التلاميذ بسباق الزحف أسفل الحواجز ، وتفوز المجموعة المنتهية أولا** | | | | | | | | **مساعدة الطلاب على التعرف على أجزاء الجسم المشاركة في الزحفالصحيح**  **إعطاء الطلاب فكرة موجزه ومناسبة لمستواهم المعرفي , عن التوافق بين حركة الرجلين و اليدين أثناء الزحف** | | | | | | | | | | | | | **- من وضع الجلوس الجثو يتم رفع الركبتين عن الأرض والخطو باليدين .**  **- سحب القدمين معا خلف حركة الذراعين للتقدم للأمام .**  **- يراعي فرد الركبتين كاملا، واتصال القدمين بالأرض أثناء الأداء .** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **ـ استمارة يتم فيها كتابة أجزاء الجسم المشتركة في ا الزحفالصحيح علي الأرض** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة الزحفالصحيح** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة المتابعة إلى ولي الأمر موضح فيها الأتي**  **ـ أ ن يشترك مع الابن في لعبة تتضمن الزحفالصحيح على الأرض** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **7** | | | | **الأسبوع** | | | **الخامسة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | |  | | | | **المشي الصحيح** | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **المشيالمتزنعلىخطمستقيم.** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **صافره** | | | **أقماع** | | | | | **أن يمشيالطالب علىخطمستقيمباتزانوانسيابية** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **نموذج للمهارة** | | | **طباشير لرسم خطوط** | | | | | **أن يدرك الطالب كيفيةاتزانالجسمأثناءالثبات. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يبرزالطالب قدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركية** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **المشيالمتزنيكونالرأسعلىاستقامةالجسموالنظرمتجهاًللأمام** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **يتمالمشيالمتزنعلىخطمستقيممرسومعلىالأرضبطوله١٠أمتاروعرض٥سمبخطواتثابتة.** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **المحافظةعلىطولالخطوةوثباتالإيقاعالحركيللخطوات،ويمكنالاستعانةبرفعالذراعينجانباًلحفظتوازنالجسم.** | | | | | | | | | | | | | | **4** | **ويراعىفيالمشيالمتزناستقامةالجسموعدمتأرجحهللجانبين،وأنتكونالحركةانسيابية** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | **(وقوف) الجري في المكان ، عند سماع الصافره الوقوف علي قدم واحدة .**  **(وقوف) المشي علي الكعبين (1- 4) ، ثم المشي علي المشطين (1- 4)، ثم المشي علي جانب القدمين (1- 4) .**  **(وقوف) المشي البطئ (1- 4) ، ثم المشي السريع (1- 4) .(وقوف) المشي بخطوات واسعة .**  **- ( وقوف ) المشي على خط مستقيم.- ( وقوف ) المشي على الكعبين في خط مستقيم.**  **ـ التأكد من المتطلب السابق (المشي الصحيح) مع ملاحظه الأداء الصحيح وتطبيقها من الطلاب.**  **ـ التأكيد على أنه ينبغي على كل طالب مراعاة العلاقة بينه وبين زملائه و الوعي بالحيز الشخصي**   * **إشارة المرور على خطوط الملعب:**   **انتشار الطلاب على خطوط الملعب عندما يذكر العلم اخضر يجري الطلاب سريعاً على خطوط الملعب و عندما ينادي العلم اصفر الجري البطيء ويقف الطلاب عندما ينادي المعلم احمروهكذا.............**  **- من وضع الوقوف رفع القدم عن الأرض ثم التقدم بالمشي علي المشط ثم الكعب .**  **- الحركة التبادلية بين الذراعين والقدمين ، والنظر للأمام .**  **( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة.- المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **يقسم لفصل إلي أربع مجموعات ، الأولي والثانية تقوم بالمشي فوق حبل ممدود مع حفظ التوازن، الثالثة والرابعة تقوم بالمشي بالطوق دون تجاوز الخط المرسوم ، ثم التبديل بين المجموعات لتحديد الأفضل** | | | | | | | | **ـ مساعده الطلاب على فهم الاتزان و عدم الاتزان وأهمية الاتزان في المشي و الوقوف**  **ـ إعطاء فكرة للطلاب عن أجزاء الجسم التي تشترك في المشيالمتزنعلىخطمستقيم** | | | | | | | | | | | | | **1-.اطلب من الطالب المشي السريع في خط مستقيم**  **2-.اطلب من الطالب المشي السريع في خط مستقيم ثم تغيير الاتجاه**  **3-.اطلب من الطالب الجري في خط مستقيم** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **أن يذكر الطالب الفرق بين المسار المستقيم والمسار المنحني** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة المشيالمتزنعلىخطمستقيم** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة إلى ولي الأمر موضح فيها الأسئلة التالية**  **9564ـ هل يرتدي الحذاء أثناء مشية في ساحة المنزل ؟ وعند خروجه خارج المنزل ؟**  **ـ هل بإمكانه المشيالمتزنعلىخطمستقيم بساحة المنزل دون الخروج عن الخط المستقيم ؟** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
|  | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **8** | | | | **الأسبوع** | | | **الخامسة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | | **الاتزان على قدم واحدة** | | | | | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **ركلالكرةالثابتة** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **صافره** | | | **أقماع** | | | | | **أن يركل الطالب الكرةوهيثابتة.** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **كرات مختلفة الأحجام** | | | **نموذج للمهارة** | | | | | **أن يدرك الطالبكيفيةاتزانالجسمأثناءالثبات. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يبرز الطالبقدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركية** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **يتمركلالكرةوهيثابتةعلىالأرضبمقدمةالقدمللجزءالأوسطمنالكرة** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **إعطاءالقوةالمناسبةلتحريكالكرةللمسافةالمطلوبةالتيتؤديإلىالتحكموالسيطرةعليها** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **ومتابعةالحركةباستمرارمرجحةالرجلالراكلةللأمام.** | | | | | | | | | | | | | | **4** | **يبدأالركلمنوضعالوقوفبحركةالرجلالراكلةمنمفصلالفخذمعمراعاةتوافقمرجحةذراعالرجلالراكلةمعحركةالرجلللأماميليذلكانثناءبسيطفيمفصلركبةرجلالارتكازأثناءأداءالركلة** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | **لعبة صغيرة "الأزهار والفراشات" يقسم الفصل لفريقين الأزهار والفراشات ، تجلس الأزهار علي الأرض وتتفرق الفراشات في الفناء مع الصافره، تجري الفراشات حول الأزهار ، مع الصافره التالية تقف الفراشات في مكانها وعل الأزهار أن تحاول لمس الفراشات بالامتداد- والثني والتمايل ، وكل فراشة تلمس تصبح زهرة ، والفراشة الفائزة التي لم تلمس .**  **(وقوف- الذراعان أماما) فتح الذراعين جانبا .(وقوف) رمي كرة صغيرة لأبعد مسافة .**  **(وقوف) الجري ومع الصافره التبديل إلي الحجل**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **1 ـ (وقوف الكرةأماما ) ركل الكرة إماما.2- (وقوف مواجه الجدار الكرةأماما ) ركل الكرة إلى الجدار.**  **3- (وقوف مواجه الكرةأماما ) تبادل ركل الكرة بين الزميلين (:).**  **لعبة صغيرة :ـ ركل الكرة الثابتة:**  **مجموعتين في قاطرتين أمام كل قاطرة على بعد 10 م على خط عرضي في الملعب كرة ثابتة عند الإشارة ببدءالدليل من كل مجموعة بالجري أماما حتى يصل إلى الكرة الثابتة حيث يقوم بركلها نحو المرمي ثم العودة بعد إعادة في مكانها تحسب نقطة للفريق الذي يؤدي المطلوب منة بإتقان( وقوف ) الميل إماما أسفل والثبات أربع عدات( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة.المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **يقسم الفصل إلي أربع مجموعات كل مجموعة تقوم بثلاث ركلات للكرة الثابتة ، وتفوز المجموعة التي تستطيع أفرادها ركل الكرة بصورة صحيحة لأبعد مسافة في أي محاولة من الثلاث محاولات .** | | | | | | | | **ـ يجب إيجاد التوافق بين أجزاء الجسم التي تؤدي حركة الركل على التوالي حتى يمكن نقل السرعة من جزء إلى آخر بالتتابع ثم إلي الكرة في نهاية الحركة**  **ـ يجب التأكد على حركة كل من مفصل القدم ومفصل الركبة إضافة إلى حركة** | | | | | | | | | | | | | **- الوقوف خلف الكرة، مرجحة الكرة للخلف وركل القدم .**  **- تثبيت مفصل القدم وميل الجذع للأمام ومتابعة حركة الكرة .** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **هل يستطيع الطالب أن يعدد المراحل الفنية للمهارة بالترتيب الصحيح ؟** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة ركلالكرةالثابتة** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة إلى ولي الأمر موضح فيها الأسئلة التالية**  **هل بإمكان ابنكم ركل الكرة المتحركة بالقدم في فناء المنزل ؟** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **9** | | | | **الأسبوع** | | | **السادسة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | | **الوقوف الصحيح** | | | | | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **الارتعاشالصحيح** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **صافره** | | | **أقماع** | | | | | **أن يرتعش الطالبأي (يهز) بعضأجزاءجسمهبصورةصحيحة.** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
|  | | | **نموذج للمهارة** | | | | | **أن يدركالطالب كيفيةاتزانالجسمخلالالحركة. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يقدر الطالبقيمةالأمانة.** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **أنيكونالجسممرتخياًأثناءالاهتزازخاصةالجزءأوالأجزاءالتييتماهتزازها** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **الارتعاشهواهتزازالعضلاتالصغيرةوالكبيرةلأحدالأطراف** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **ينبغيعملالاهتزازللأطرافالمرادتحريكهاوهيفيوضعاسترخاءفهاانقباضعضلي.** | | | | | | | | | | | | | | **4** | **بدأالاهتزازفيمدىواسعومنثميتمتقليلالمدىحتىيصبحالمدىمحدوداًجداًمعاستمرارالاهتزازاتعلىشكلموجاتمتتالية** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | **(وقوف) الجري المنظم والمتدرج في السرعة –مع التغير عند سماع الصفارة.**  **(وقوف- الذراعان عاليا) ميل الجذع للأمام والضغط (1- 4) عدات ، ثم مد الجذع عاليا والضغط (1- 4) عدات .**  **(وقوف- الطوق حول الجذع) دوران الجذع للف الطوق حول الجسم ( الهيلا هوب) .**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **- ارتعاش الذراعين بحركة الرسغين مع ثني المرفقين قليلا . - ارتعاش الرجلين بحركة الركبتين المنثنيتين قليلا .**  **- ارتعاش الرأس والجذع بالحركة السريعة للخصر . ـ ( وقوف )ارتعاش الأطراف.**  **- ( وقوفعلى الأمشاط ) ارتعاش الجسم من الأمشاط.**  **- ( رقود ) ارتعاش الجسم. ( وقوف ) الميل إماما أسفل والثبات أربع عدات( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة.المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **"الهزاز" ينتشر التلاميذ في الفناء انتشار حر وعند سماع صفارة واحدة يرتعش الذراعان، وصفارتين يرتعش الرجلين وثلث صفارات يرتعش الرأس والجذع ويفوز التلميذ المجيد للأداء .** | | | | | | | | **ـ شرح للطلاب القوة المطلوب بذلها من قبل عضلات الجسم لأداء الارتعاشالصحيح ـ توضيح مفهوم القوة و الوعي بها كأحد المفاهيم الحركية بوسيلة تعليمي** | | | | | | | | | | | | | **ــ أداء الارتعاش الصحيح من عدده أوضاع مختلفة ( الوقوف ـ الجلوس ـ الرقود )**  **ــ تغير سرعة الارتعاش من بطئ إلى متوسط ثم سريع مع تغير سماع الصافره** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **ـ طرح الأسئلة على الطلاب ، والتي تتضمن مواصفات الأداء الحركي للارتعاش الصحيح ، و القوة اللازمة لتحريك الجسم** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة الارتعاشالصحيح** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة ترسل إلى ولي الأمر للإجابة عليها**  **ـ هل بإمكان الابن أداء الارتعاشالصحيح مع إخوانه في المنزل أو زملائه خارج المنزل .** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
|  | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **10** | | | | **الأسبوع** | | | **السادسة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | | **الوثب الصحيح** | | | | **الحجل الصحيح** | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **الانزلاقالصحيح** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **أقماع** | | | **صافره** | | | | | **أن ينزلقالطالب للأماممنالمشيبصورةصحيحة** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **أكياس حبوب** | | | **نموذج مصور للمهارة** | | | | | **أن يدرك الطالبكيفيةاتزانالجسمخلالالحركة. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يبرز الطالبقدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركية** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ويتمالانزلاقبأداءخطوةثمحجلةعلىنفسالقدم. ثميكررذلكعلىالقدمالأخرىمعنقلوزنالجسممنقدمإلىأخرىويستمرتبادلالأداءعلىكلتاالقدمينمعزيادةالسرعةوطولالمسافة،وتمرجحالذراعينيتوافقعكسالرجلين.** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **هناكنوعانمنالانزلاقوهما:**  **١- الانزلاقبالحجلوهومزيجمنالخطىوالحجلمعتبادلوضعالقدمينأماماً.** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **ويتمالانزلاقبأداءخطوةثموثبةقصيرةللأمامبالقدمينمعاً. ثميكررذلكعلىالقدمالأخرىثميؤديوثبةقصيرةللأمامبالقدمينمعاً. ويستمرتبادلالأداءعلىكلتاالقدمينمعزيادةالسرعةوطولالمسافة،وتمرجحالذراعينيتوافقعكسالرجلين.** | | | | | | | | | | | | | | **4** | **٢- الانزلاقبالوثبوهومزيجمنالخطىوالوثببالارتدادمعتبادلوضعالقدمينأماماً.** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | **(وقوف) الجري السريع وعند سماع الصافره الوصول إلي الأطواق المنتشرة علي الأرض والوثب داخلها والدبدبة بالقدمين ثم الخروج من الطوق عند سماع صفارتين المشي حول الطوق وعند سماع صفارة أخري تتغير الاتجاهات**  **(وقوف- مواجه) شد وجذب الحبل مع الزميل (:) .**  **(وقوف) الوثب الارتدادي في المكان . (وقوف) نقل أكياس الحبوب من مكان لأخر .**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **1- ( وقوف) الانزلاقأماما. 2- ( وقوف ) الانزلاق جانباً**  **( وقوف ) الميل إماما أسفل والثبات أربع عدات . ( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة**  **المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **"الانزلاق" تشكل دائرة يتماسك فيها التلاميذ بالأيدي ، ويؤدي الانزلاق الجانبي في اتجاه الدائرة ثم التوقف لمواجهه الداخل ، وأداء الانزلاق أماما مع المشي مع التشابك بالأيدي ثم بدون التشابك .** | | | | | | | | **ـ إطالة خطوة الانزلاق يساعد على تغطية مساحة أكبر من الأرض .**  **ـ خفض مركز ثقل الجسم في الانزلاق يحقق قدرة أكبر من التوازن .** | | | | | | | | | | | | | **تقسيم الفصل إلى مجموعات متساوية وتطبيق المهارات والألعاببشكل تنافسي بين التلاميذ .** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **ـ طرح أسئلة على الطلاب**  **ـ أذكر الخطوات الفنية للانزلاق الصحيح** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة الانزلاقالصحيح** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **9564بطاقة لولي الأمر :**  **هل بإمكانية ابنكم الانزلاق الصحيح من الجري عند ممارسة اللعب خارج المنزل بانسيابية ؟** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | | **عدد الدروس** | | | | **11** | | | | | **الأسبوع** | | | **السادسة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | **الوقوف الصحيح** | | | | | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | | | **ساحة مناسبة** | | | | | **المكان** | | | **الاتزانبالاستنادبالظهرعلىالحائط** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | | **الواجب الحركي** | | | **أقماع** | | | | **صافره** | | | | | **أن يتزن الطالببالاستنادبالظهرعلىالحائط** | | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
|  | | | | **نموذج مصور للمهارة** | | | | | **أن يدرك الطالبكيفيةاتزانالجسمخلالالحركة. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | | |  | | | | | **أن يبرز الطالبقدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركيةلهذهالوحدةالتعليمية.** | | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **فيحالةأنيكونالحائطخشناً- يثنيالطالبالركبتينويحتفظبهذاالوضعفيالهواءإلىأنيصلإلىوضعمشابهلوضعالجلوسعلىكرسي،ثم**  **يسندظهرهعلىالحائطويثبتفيهذاالوضعمدةلاتقلعن٧ثوان.** | | | | | | | | | | | | | | | **2** | | **يقفالطالبعلىبعدقدممنحائطأملسويسندظهرهعليهويزحلقظهرهإلىأسفلببطءمعثنيالركبتيننصفاًوالذراعينانثناءعرضاً** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **لظهرمستندعلىالحائطوالنظرللأمام.يتمثنيمفصلالركبتينبزاويةقائمة. تكونالذراعانفيوضعانثناءعرضاًأمامالجسم،معمراعاةعدم**  **ملامسةالكتفينوأعلىالظهرالحائط.** | | | | | | | | | | | | | | | **4** | | **ويتمأداءهذهالمهارةبالوقوففتحاًوالقدمانتشيرانللأمام** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | **لعبة صغيرة "اللمس" يحدد المعلم خمسة تلاميذ تجري وراء الزملاء ومن يلمس يجلس في مكانه والفائز التلميذ الذي لم يلمس**  **(جلوس طويل) فتح وضم القدمين .(رقود) وضع القدمين عاليا .**  **(وقوف) الوثب في المكان .**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **- يتم الاتزان بالجلوس علي المقعدة ، والسند بالظهر علي الحائط .**  **- يمكن المساعدة باليدين في بداية التعلم .( جلوس طولاً ) الاستناد المتزن على الحائط.**  **( جلوس طولاً ) الاستناد المتزن على الذراعان.**  **( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة**  **المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **يقسم الفصل إلي قاطرات أمام الحائط ، وأداء جلوس الاستناد علي الحائط ، والتعزيز اللفظي للأداء الجيد، مع إصلاح الأخطاء .** | | | | | | | | | | | | | | | | **ـ تؤدي القدرة على التحكم في أجزاء الجسم من الثبات و خلال الحركة إلى تنمية عنصر التوازن**  **ـ الجاذبية الأرضية هي قوة تجذب كل شئ نحو الأرض**  **ـ تتطلب مقاومة الجاذبية الأرضية قوة الجسم للمحافظة على اتزانه في الثبات**  **ـ الأنشطة التي تؤدي في حالة الثبات هي التي يبقى فيها مركز ثقل الجسم في نفس الوضع ، أما الأنشطة التي تؤدي في حالة فمركز ثقل الجسم يتحرك باستمرار** | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | | **ـ طرح أسئلة على الطلاب**  **أذكر كيفيةاتزانالجسمخلالالحركة ( مفهومحركي )** | | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة الاتزانبالاستنادبالظهرعلىالحائط** | | | | | | | |
|  | | | | | | | |
| **9564بطاقة لولي الأمر :**  **هل بإمكانية ابنكم الاتزانبالاستنادبالظهرعلىالحائط في المنزل بانسيابية ؟** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | | |  | | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **12** | | | | **الأسبوع** | | | **السادسة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | |  | | | | **ركل الكرة** | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **إيقافالكرة** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **صافره** | | | **كرات مختلفة الحجم** | | | | | **أن يوقفالطالب الكرةبأيجزءمنأجزاءجسمه.** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **نموذج للمهارة** | | | **أقماع** | | | | | **أن يدرك الطالبكيفيةاتزانالجسمخلالالحركة. (مفهومحركي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يبرز الطالبقدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركيةلهذهالوحدةالتعليمية.** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **يتمبعدذلكرفعالعقبعنالأرضبحيثتشكل**  **باطنالقدمزاويةحادةمعالأرضوتشيرمقدمةالقدمللأمامولأعلى،** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **منوضعالوقوفأماماًوتستندالقدمالأماميةعلىالعقبعلىالأرض.** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **تنتهيالمهارةبتوقفالكرةنتيجةالضغطعلىالكرةبينالقدموالأرض.** | | | | | | | | | | | | | | **4** | **يقابلباطنالقدمالكرةلإيقافها. ويراعىمدالقدمالأماميةلتقابلمنتصفالكرة.** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | **لعبة صغيرة "الجري لتغير المكان" يقسم الفصل لمجموعتين ومع الصفارة تجري كل مجموعة لتقف مكان المجموعة المقابلة قبل الأخرى .**  **(وقوف- مواجه) رمي الكرة للزميل ولقفها (:) .**  **(وقوف- أمام الحائط) تمرير الكرة للحائط ولقفها .**  **(وقوف- مسك الكرة) رمي الكرة لأعلي ولقفها .**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **- عمل نموذج حركي للمهارة مع مراعاة الأتي :-**  **- الكرة المتدحرجة علي الأرض . - الكرة الساقطة من أعلي لأسفل .**  **- الكرة الممررة إلي الزميل في مستوي الصدر . ( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة**  **المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **يقسم الفصل إلي أربع دوائر ، يقف في كل دائرة تلميذ يمرر الكرة علي الأرض وفي مستوي الصدر وغلي اعلي لكل تلميذ في الدائرة لمحاولة إيقافها ، ثم يختار المعلم أفضل دائرة فئ الأداء .** | | | | | | | | **ـ يجب إيجاد التوافق بين أجزاء الجسم التي تؤدي حركة التثبيت على التوالي حتى يمكن تثبيت الكرة في نهاية الحركة ـ يجب أن تتناسب زاوية التثبيت مع وضع ارتفاع أو انخفاض الكرة ـ يجب التأكد على حركة كل من مفصل القدم ومفصل الركبة إضافة إلى حركة مفصل الفخذ من أجل زيادة سرعة تثبيت الكرة** | | | | | | | | | | | | | **لعب حر بكرات صغيرة، ركل الكرة على الحائط ثم إيقافالكرة**  **ـ تبادل ركل الكرة و إيقافالكرة مع الزميل من الثبات والحركة ... مع التعزيز والملاحظة.** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **هل تعرف الطالب على مهارة إيقافالكرة الصحيح لكرة القدم وفق الخطوات التعليمية ؟** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة إيقافالكرة** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **هل بإمكانك أنة تؤدي مهارة إيقافالكرة الصحيح لكرة القدم مع أخذ صورة إن أمكن ؟**  **هل بإمكانك إيقافالكرة عند رجوعها من الحائط ؟** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **13** | | | | | **الأسبوع** | | | **السابعة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
| **الدوران حول المحور الطولي للجسم** | | | | | **الوقوف الصحيح** | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | | **المكان** | | | **الارتكازعلىمشط القدم** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | **نموذج للمهارة** | | | **صافره** | | | | | **أن يرتكز الطالبعلىعقبالقدمويغيرالاتجاه.** | | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **حبل** | | | **أكياس حبوب** | | | | | **أن يعرفالطالب وظيفةصيدليةالإسعافاتالأوليةأثناءالنشاطالبدني. (مفهوممعرفي).** | | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يبرز الطالبقدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركيةلهذهالوحدةالتعليمية** | | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ويتمالارتكازمنالثباتويتمفيهوضعمشطالقدمعلىالأرض. يتحققالارتكازمنخلالتحديدقدمالارتكاز،وتحديدالاتجاه (أمامي–خلفي)،وتحديدمدىالمرجحةللقدمالحرةوالذراعين.** | | | | | | | | | | | | | **2** | | **الارتكازمنالوقوفعلىالمشطوتغييراتجاهالجسملجميعالاتجاهاتمنخلالالدورانحولالمحورالطوليمععملربعلفةأونصفلفةأولفةكاملةأوأكثر** | | | | | | | | | | | | | **1** |
|  | | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **C:\Users\DELL\Pictures\1434-09-05 أول ابتدائي\أول ابتدائي 022.JPG** | | | | | | **(وقوف) الجري السريع وعند سماع الصافره الوصول إلي الأطواق المنتشرة علي الأرض والوثب داخلها والدبدبة بالقدمين ثم الخروج من الطوق عند سماع صفارتين المشي حول الطوق وعند سماع صفارة أخري تتغير الاتجاهات**  **(وقوف- مواجه) شد وجذب الحبل مع الزميل (:) .**  **(وقوف) الوثب الارتدادي في المكان . (وقوف) نقل أكياس الحبوب من مكان لأخر .**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **(وقوف) المشي في دوائر مع التصفيق عاليا وأسفل كل أربع عدات ، ويكرر مع الجري .**  **(وقوف) الدوران جهة اليمين والتصفيق (1- 4) .(وقوف) الدوران جهة اليسار والتصفيق (1- 4) .**  **(وقوف) الدوران للخلف والتصفيق (1- 4) .- عند تغيير الاتجاه إلي اليمين والخلف يكون الارتكاز علي كعب اليمني ومشط اليسرى .- عند تغيير الاتجاه إلي اليسار يكون الارتكاز علي كعب اليسرى ومشط اليمني . ( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة ــ المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **يقسم الفصل إلي ثلاث مجموعات وتأخذ كل مجموعة رقم من (1- 3) ، وينادي المعلم علي أي رقم من الثلاث فتقوم المجموعة صاحبة الرقم بالارتكاز والدوران يمينا ثم يسارا ثم خلفا بالترتيب .** | | | | | | | | | | | | | | **ـ تؤدي القدرة على التحكم في أجزاء الجسم من الثبات و خلال الحركة إلى تنمية عنصر التوازن**  **ـ الجاذبية الأرضية هي قوة تجذب كل شئ نحو الأرض**  **ـ تتطلب مقاومة الجاذبية الأرضية قوة الجسم للمحافظة على اتزانه في الثبات**  **ـ الأنشطة التي تؤدي في حالة الثبات هي التي يبقى فيها مركز ثقل الجسم في نفس الوضع ، أما الأنشطة التي تؤدي في حالة فمركز ثقل الجسم يتحرك باستمرار** | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | **هل تعرف الطالب على مهارة الارتكازعلىمشط القدم وفق الخطوات التعليمية ؟** | | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة الارتكازعلىمشط القدم** | | | | | | | |
|  | | | | | | | |
| **بطاقة إلى ولي الأمر يطلب منه متابعه ابنه في عدد من المواقف الحياتية**  **ـ أن يشترك مع الابن في لعبة تتضمن الارتكازعلىمشط القدم** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | | |
|  | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
|  | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | | **عدد الدروس** | | | | **14** | | | | **الأسبوع** | | | **السابعة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | | **الجري الصحيح** | | | | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **العدوالصحيح** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **صافره** | | | | **أقماع** | | | | | **أن يعدو الطالببطريقةصحيحة.** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **صولجانات** | | | | **نموذج للمهارة** | | | | | **أن يعرف الطالبوظيفةصيدليةالإسعافاتالأوليةأثناءالنشاطالبدني. (مفهوممعرفي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | | |  | | | | | **أن يبرزالطالب قدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركيةلهذهالوحدةالتعليمية.** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ويكونالجسمأثناءالعدوفيوضعمائلقليلاًللأمام. تكونالذراعانمنثنيتينأمامالصدر. تتمحركةالرجلالأماميةللأمامفيخطمستقيممعثنيمفصلالركبةقليلاً،** | | | | | | | | | | | | | | | **2** | **العدوهونقلثقلالجسممنقدمإلىأخرىمعتبادلوضعهماويتخللهفترةطيرانفيالهواء.** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **يتمدفعالأرضبسلامياتالأصابعوالإصبعالكبير**  **للقدم،ويتمالهبوطعلىمشطالقدم.** | | | | | | | | | | | | | | | **4** | **وتكونحركةالرجلالخلفيةللخلففيخطمستقيممعثنيمفصلالركبةقيلاً.** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **C:\Users\DELL\Pictures\1434-09-05 أول ابتدائي\أول ابتدائي 024.JPG** | | | | | | | **لعبة صغيرة الوقوف فتحا مواجه (:) مع الزميل وعند سماع الصفارة ، يحاول كل منهم لمس ركبة الزميل دون أن تلمس ركبته(وقوف) العدو مسافة 20م .**  **(وقوف- الذراعان جانبا) ضغط الذراعين للخلف .(وقوف- انحناء) ضغط الجذع لأسفل .**  **(وقوف- الذراعان جانبا) تبادل الطعن علي الجانبين .**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **- عمل نموذج حركي للمهارة مع مراعاة الأتي :-**  **- الحركة التبادلية بين الذراعين والقدمين ، وميل الجذع للأمام .**  **- العدو علي مشطي القدمين ، والنظر للأمام . ــ ( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة**  **المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **يقسم التلاميذ إلي مجموعات متجانسة ، ويقف كل تلميذ من مجموعة خلف خط البداية ليتسابق أربعة تلاميذ لمسافة 25م حتى ينتهي الأداء بالتتابع في العدو ، وتفوز المجموعة المنتهية أولا .** | | | | | | | | | **ـ شرح مواصفات الأداء الحركي للعدو ،موضحا أوضاع الجسم في كل جزء من أجزاء الحركة**  **ـ توضيح الأداء الصحيح للعدو و أوضاعه المختلفة**  **ـ إجراء منافسة بين الطلاب في العدو** | | | | | | | | | | | | | **ـ البدء العدو البطئ مع زيادة السرعة بالتدريج**  **ـ العدو بين عوائق (صولجان ) موضوعة في مسار الحركة**  **ـ العدو بسرعة مع التنويع في مسارات الجري و اتجاهاته** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | | **عرض رسوم وصور توضيحية لمواصفات الأداء الحركي للمهارة ويطلب من الطلاب ترتيبها** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة العدوالصحيح** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة ترسل إلى ولي الأمر للإجابة عليها**  **ـ هل بإمكان الطالب الجري من نقطة إلي أخرى مع التحكم في الجسم جيدا؟**  **ـ هل بوسعه أداء الجري بانسياب دون تكلف أو تصلب في الجسم ؟ ـ هل يمكنه التوقف عن الجري دون انزلاق ؟** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | **تاريخ تنفيذ** | | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **15** | | | | **الأسبوع** | | | **السابعة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
| **الوقوف على قدم واحدة** | | | **الاتزان فوق قاعدة ثابتة** | | | | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **الوقوفعلىقاعدةثابتةبقدمواحدة** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **صافره** | | | **أقماع** | | | | | **أن يقف الطالبعلىقاعدةثابتةبقدمواحدة.** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **مقعد سويدي** | | | **صورة للمهارة** | | | | | **أن يعرفالطالب وظيفةصيدليةالإسعافاتالأوليةأثناءالنشاطالبدني. (مفهوممعرفي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | | **نموذج للمهارة** | | | | | **أن يبرز الطالبقدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركيةلهذهالوحدةالتعليمية.** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **يتمالوقوفوالقامةمنتصبةوالرأسعموديعلىالجسم،** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **يتمالوقوفعلىقدمواحدةوالثباتبالاتزانعلىقاعدةثابتةمرتفعةعنالأرضمسافة٣٠ - ٤٠سم.** | | | | | | | | | | | | | **1** |
| **الذراعالمعاكسلقدمالارتكازتكونمرتفعةللجانبوالذراعالأخرىمفرودةبجانبالجسملحفظالتوازن يتمالثباتفيوضعالوقوفلمدة١٠–١٥ثانيةدونحركة.** | | | | | | | | | | | | | | **4** | **والنظرمتجهللأمامويكونالوقوفعلىإحدىالقدمينبالكاملوالقدمملاصقلسطحالقاعدة** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **C:\Users\DELL\Pictures\1434-09-05 أول ابتدائي\أول ابتدائي 025.JPG** | | | | | | | **لعبة صغيرة "الثلاث دوائر" يقوم التلاميذ بالجري الحر في الفناء وعند سماع الصفارة كل ثلاث تلاميذ يكونون دائرة .. ويكرر.**  **(وقوف- نصفا) تبادل الوثب علي قدم واحدة في المكان .**  **(وقوف- نصفا) التقدم بالوثب علي القد اليمني (1- 4) ، ثم القدم اليسرى ( 5- 8) .**  **(وقوف- نصفا) ضم القدم الحرة علي الصدر والعد (1- 10) .**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **ـ أداء نموذج للمهارة للطلاب من المعلم . ــ أداء الوقوفبقدمواحدة على الأرض أكثر من مرة مع أعطاء الطلاب وقت كاف للممارسة ـ أداء الوقوفعلىقاعدةثابتةبقدمواحدة مع السند من قبل الزميل**  **ــ أداء الوقوفعلىقاعدةثابتةبقدمواحدة بدون سند ــ ( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة**  **المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **" الاتزان " يقسم الفصل إلي أربع مجموعات كل مجموعة علي شكل دائرة متشابكة الأيدي والجري الجانبي علي محيط الدائرة ، وعند سماع الصفارة يتوجهون بالجري العادي إلي القواعد الثابتة للوقوف نصفا ، ويفوز التلميذ الأكثر اتزانا .** | | | | | | | | **ـ شرح الأداء الحركي للاتزان فوق قاعدة ثابتة موضحا أوضاع الجسم في كل جزء من أجزاء الحركة**  **ـ توضيح المهارة بوسيلة تعليمية** | | | | | | | | | | | | | **- الوقوفعلىقاعدةثابتةبقدمواحدة بالكامل المشط والكعب**  **- عند تعثر الاتزان يتم رفع الذراعين جانبا لحفظ توازن الجسم .** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **ـ طرح الأسئلة على الطلاب والتي تتضمن مواصفات الأداء الحركي للاتزان فوق قاعدة ثابتة .**  **ـ إدراك الجهد المبذول في المحافظة على الاتزان** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة الوقوفعلىقاعدةثابتةبقدمواحدة** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **بطاقة إلى ولي الأمر يطلب منه متابعه ابنه في عدد من المواقف الحياتية**  **ـ أن يشترك مع الابن في لعبة الاتزان فوق قاعدة ثابتة بقدم واحدة ولمدة لاتقل عن 5 ثواني**  **ـ أن يقوم الابن و الأب بالاتزان بعد سماع صوت محدد و البقاء أطول فترة زمنيه** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| **3/ /143** | | | **تاريخ تنفيذ** | | | **1 ـ 2** | | | **عدد الدروس** | | | | **16** | | | | **الأسبوع** | | | **السابعة** | | **الوحدة** | **الأولالابتدائي** | | | | **الصف** | |
|  | |  | | | | **ركل الكرة** | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | | **ساحة مناسبة** | | | | **المكان** | | | **الجريبالكرةبصورةصحيحة** | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | | | | **كرات متنوعة** | | | **صافره** | | | | | **أن يجريالطالب بالكرةبصورةصحيحة.** | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
| **نموذج للمهارة** | | | **أقماع** | | | | | **أن يعرف الطالبوظيفةصيدليةالإسعافاتالأوليةأثناءالنشاطالبدني. (مفهوممعرفي).** | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | | **أن يبرز الطالبقدراتهالفرديةأثناءأدائهللمهاراتالحركيةلهذهالوحدةالتعليمية.** | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجريبالكرةبوجهالقدمالداخلييشبهإلىحدكبيرفيالمواصفاتمايراعىعندركلالكرةبوجهالقدمالداخليويراعىالجريبالكرةألاتبتعدالكرةعنالقدمكثيراً،** | | | | | | | | | | | | | | **2** | **عندالجريبالكرةيمكناستخداموجهالقدمالداخليأوالخارجي،**  **وفيهذهالمرحلةالعمريةيتمالتركيزأكثرعلىالجريبالكرةبوجهالقدمالداخليأوبمقدمةالقدم** | | | | | | | | | | | | | **1** |
|  | | | | | | | | | | | | | | **4** | **وانأمكنأنتلمسالقدمالكرةكل٤- ٨خطوات،ويتمالجريبالكرةللأمام،ويكونالنظرمتجهاًللأماموليسمتجهاًللكرة.** | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **C:\Users\DELL\Pictures\1434-09-05 أول ابتدائي\أول ابتدائي 026.JPG** | | | | | | | **(وقوف) المشي حول الملعب مع دوران الذراعين بالتبادل .(وقوف) الجري حول الملعب مع دوران الذراعين بالتبادل**  **(وقوف) الجري في المكان مع رفع الركبتين عاليا . (وقوف) الجري في المكان مع لمس العقبين بالمقعدة .**  **(وقوف- فتحا) الوثب مع ضم القدمين .**  **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين ـ البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم ـ يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ**  **- يتم لعب الكرة علي أي جزء من أجزاء وجه وبطن القدم بخفه ورشاقة .**  **- بعد لعب الكرة الجري خلفها وتوزيع النظر علي الكرة والملعب .**  **( وقوف ) أربع خطوات أربع صفقات صيحة رياضة**  **المبادرة للاغتسال عند ختام الدرس مع عدم الإسراف فيالماءوتجفيف نفسه جيداً.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
| **لعبه صغيرة :**  **الجري المتعرج بالكرة بين( 5 أعلام) المسافة بين خط البداية وأول علم (4 م) ، وبين كل علم وأخر( 4 م) ، الجري ذهابا وعودة بالكرة في أكثر زمن ، يعطي التلميذ محاولتين ويسجل له أقل زمن لأي محاولة .** | | | | | | | | **ـ حث الطلاب على مقارنة أداء كل منهم بمواصفات الأداء الصحيح ـ القيام بعرض نموذج لطريقة الأداء الصحيح بعد التوصل لأفضل أداء ـ لفت انتباه الطلاب لمعرفه بعض الأخطاء الفنية من تلقاء أنفسهم و القيام بتعزيزها** | | | | | | | | | | | | | **ـ أداء الجريبالكرةبصورةصحيحة من ) المشي،والجري ( .في مساحة واسعة**  **ـ أداء الجريبالكرةبصورةصحيحة من ) المشي،والجري ( في مساحة ضيقة** | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق الدرس و بعده** | | | | | | | | **ـ طرح الأسئلة على الطلاب والتي تتضمن مواصفات الأداء الحركي للجريبالكرةبصورةصحيحة** | | | | | | | | | | | | | **استمارة تقويم الجانب المهاري (محك التعلم ) لمهارة الجريبالكرةبصورةصحيحة** | | | | | | | |
| **ج** | | | | | | |
| **بطاقة إلى ولي الأمر يطلب منه متابعه ابنه في عدد من المواقف الحياتية**  **ـ أن يشترك مع الابن في لعبة تتضمن الجريبالكرةبصورةصحيحة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
|  | | | **تاريخ تنفيذ** | | |  | | | **عدد الدروس** | | | |  | | | | **الأسبوع** | | |  | | **الوحدة** |  | | | | **الصف** | |
|  | |  | | | |  | | | **المتطلبات السابقة للخبرة** | | | |  | | | | **المكان** | | |  | | | | | | | **الخبرة** | |
| **أسلوب التعليم المتبع** | | | | | **الأدوات** | | | | | | | | **الهدف** | | | | | | | | | | | **المجال** | | | | |
|  |  | | | |  | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | **نفس حركي** | | | | |
|  | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | **معرفي** | | | | |
|  | | |  | | | | |  | | | | | | | | | | | **انفعالي** | | | | |
|  | | | | | | |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | **2** |  | | | | | | | | | | | | | **1** |
|  | | | | | | | | | | | | | | **4** |  | | | | | | | | | | | | | **3** |
|  | | | | | | | | | | | | | | **6** |  | | | | | | | | | | | | | **5** |
|  | | | | | | |
| **شكل توضيحي للمهارة** | | | | | | | **إجراءات التنفيذ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة** | | | | | | | | **الاستفادة من المواقف التعليمية** | | | | | | | | | | | | | **التقدم بالخبرة :** | | | | | | | |
|  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | | | | | | |
| **تقويم الخبرة** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **الجانب الانفعالي** | | | | | | | | **الجانب المعرفي** | | | | | | | | | | | | | **الجانب المهاري** | | | | | | | |
|  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | **الواجبات المنزلية** | | | |
|  | | | | | | |
|  | | | | **مدير المدرسة** | | | |  | | | | | | | | **المشرف التربوي** | | | | |  | | | | | **معلم المادة** | | |
| **9564** | | | | | | |