|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **الرابعة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
| **الدحرجة الأمامية**  | **التعلق**  | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة**  | **المكان** | **الالتفاف و الدوران حول محور جسمه الطولي و العرضي**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | **مراتب** | **صافره** | **أن يتمكن الطالب من الالتفاف حول محوري جسمه الطولي و العرضي**  | **نفس حركي** |
| **نموذج توضيحي علي لوحة من الفلين** | **أن يتعرف الطالب على الملابس الملائمة للأجواء الباردة أثناء ممارسة النشاط البدني**  | **معرفي** |
|  |  | **أن يظهر الطالب استعدادا للمحافظة على الأدوات و الأجهزة أثناء النشاط البدني**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **عمل ربع أو نصف أو ثلاثة أرباع أو لفة كاملة من الثبات و من الحركة حول المحور الطولي للجسم**  | **2** | **أداء حركة لف الجسم حول محوره الطولي من أوضاع مختلفة كالوقوف و الرقود** | **1** |
| **الدوران حركة يتم فيها تدوير الجسم حول محورة العرضي أو الأفقي ، الذي يمثل خط وسط الجسم ،أداء حركة دوران الجسم حول محوره العرضي من أوضاع ابتدائية مختلفة مثل الوقوف و الجلوس على أربع**  | **4** | **يتضمن لف الجسم لف كل من العمود الفقري ، و الرقبة ، و الأكتاف ، و الحوض ، و اليدان ويشجع الطلاب على لف أجسامهم لأكثر من لفة مع التحكم الجيد في الجسم**  | **3** |
| **تبدأ حركة الدوران بوضع اليدين على الأرض يليها مؤخرة الرقبة فالكتفين فالظهر فالمقعدة فالرجلين ، ومتابعة الدوران حتى ملامسة القدمين للأرض و الوصول لوضع الجلوس على أربع مرة أخرى** | **6** | **لأداء حركة دوران الجسم من وضع الجلوس على أربع يحدث تحدب في العمود الفقري ، و الرقبة ، و الأكتاف , الجذع و الحوض** | **5** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
|  | **لعبة صغيرة: يقوم التلاميذ بالتحرك الحر داخل الملعب (المشي – الوثب – الجري ) وعند سماع الصافره يقف كل تلميذ في مكانة كالتمثال ، وتفوز مجموعة التلاميذ التي تثبت أولا في أي وضع .****وقوف) الوثب في المكان مع عمل دورة كاملة في الهواء .****(وقوف) الدحرجة الأمامية المتكورة . (رقود) الدوران علي الأرض للوصول إلي وضع الانبطاح .****ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة ــ الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام 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 ببطاقة المهام ، 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 الالتفاف حول محوري الجسم وبإيجاز .****- أداء نموذج حركي للمهارة يوضح فيه مايلي :-****- الالتفاف حول المحور الرأسي علي الأرض وفي الهواء من اليمين إلي اليسار .****- الالتفاف حول المحور الأفقي بالسند علي الذراعين ودوران الرجلين****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 الفصل إلي مجموعتين ، الأولي تقوم بأداء الالتفاف الرأسي والدوران ، والثانية تقوم بأداء الشقلبة الجانبية ، ثم التبديل بين المجموعتين ، وتحديد المعلم للمجوعة ذات الأداء الجيد .** | **استرجاع الخطوات الفنية للخبرات السابقة للوحدة للاستفادة منها في المواقف الجديدة** | **مساعدة الطلاب على الالتفاف و الدوران حول محور جسمه الطولي و العرضي مع تركيز الانتباه على الأنشطة التي تدور في الفراغ العام والخاص**  |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **أذكر مواصفات الأداء الصحيح الالتفاف و الدوران حول محور جسمه الطولي و العرضي مع ذكر التصور الذهني لحركة الالتفاف و الدوران حول محور جسمه الطولي و العرضي ؟** | **استمارة تقويم الجانب المهاري ( محك التعلم ) لمهارة الالتفاف و الدوران حول محور جسمه الطولي و العرضي** |
|  |
| **ـ هل بإمكان ابنكم الالتفاف و الدوران حول محور جسمه الطولي و العرضي داخل المنزل مع التحكم في جسمه جيدا؟****ـ هل بإمكان ابنكم أداء الالتفاف و الدوران حول محور جسمه الطولي و العرضي بصورة طبيعية وبدون تكلف أو تصلب في أجزاء جسمه ؟** | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
|  |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **الرابعة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
|  | **الوقوف الصحيح** | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **مرجحة الذراعين من خلف وأمام الجسم**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | **طبلة** | **صافره** | **أن يمرجح الطالب الذراعين من خلف و أمام الجسم**  | **نفس حركي** |
| **نموذج توضيحي** | **مجموعة عصا** | **أن يتعرف الطالب على الملابس الملائمة للأجواء الباردة أثناء ممارسة النشاط البدني**  | **معرفي** |
|  |  | **أن يظهر الطالب استعدادا للمحافظة على الأدوات و الأجهزة أثناء النشاط البدني**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **وتبدأ حركة المرجحة بتحريك الذراعين من الجانبين إلى الأمام لتتقاطع أمام الجسم**  | **2** | **تتم مرجحة الذراعين من أمام الجسم و خلف الجسم من وضع الوقوف حيث يتم رفع الذراعين و هي مرتخية قليلا لتكون في وضع بين جانبا و أسفل**  | **1** |
| **تتكرر الحركة في المسار نفسه أمام و خلف الجسم**  | **4** | **ثم تتحرك في اتجاه عكسي من أمام الجس مرورا بالجانبين ووصولا إلى الخلف لتتقاطع خلف الجسم .** | **3** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
|  | **لعبة صغيرة: (وقوف) الوثب داخل وخارج دوائر مرسومة بالجير علي الأرض مع التصفيق (1- 4) ثم الدبدبة بالقدمين (5- 8) (وقوف) العدو مسافة (30) متر .****(وقوف) مرجحة الذراعين أماما وخلفا . (وقوف) مرجحة الذراعين جانبا عاليا .****ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة ــ الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام 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 ببطاقة المهام ، 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 مرجحة الذراعين في جميع الاتجاهات .****- أداء نموذج حركي للمهارة يوضح فيه مايلي :- - انسيابية حركة المرجحة لأقصي مدي لمفصل الكتف .****- أداء سوسته للركبتين تتوافق مع توقيت المرجحة . 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 :****يقف التلاميذ علي هيئة صفوف مع مسك عصا باليدين أمام الفخذ ، وأداء مرجحة للذراعين يمينا ثم يسارا ثم أماما أسفل ثم عاليا أسفل مع عمل سوسته بالركبتين وذلك مع الإيقاع (1- 8) .** | **1 ـ شرح مواصفات الأداء الحركي مرجحة الذراعين من خلف وأمام الجسم موضحا أوضاع الجسم في كل جزء من أجزاء الحركة** **3ـ توجيه سؤال في بداية الدرس و نهايته : كيف يمكن أن المحافظة على الأدوات و الأجهزة أثناء النشاط البدني** | **ربط هذه المهارة الحركية الأساسية بغيرها من المهارات التي تسبقها و التي تعقبها في الأداء في رياضة الجمباز** |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **أذكر مواصفات الأداء الصحيح لمرجحة الذراعين من خلف وأمام الجسم ه ؟** | **استمارة تقويم الجانب المهاري ( محك التعلم ) لمهارة مرجحة الذراعين من خلف وأمام الجسم** |
|  |
| **بطاقة لولي الأمر موضح فيها الأسئلة التالية****ـ هل بإمكان الابن مرجحة الذراعين من خلف وأمام الجسم بشكل صحيح و بدون تصلب في المنزل ؟** | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **الرابعة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
|  | **الميزان الأمامي من الثبات** | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **الاتزان من وضع الإقعاء نصفا** | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | **أقماع** | **صافره** | **أن يؤدي الطالب الاتزان من وضع الإقعاء نصفا** | **نفس حركي** |
| **نموذج للمهارة** | **مراتب**  | **أن يتعرف الطالب على الملابس الملائمة للأجواء الباردة أثناء ممارسة النشاط البدني**  | **معرفي** |
|  |  | **أن يظهر الطالب استعدادا للمحافظة على الأدوات و الأجهزة أثناء النشاط البدني**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **تبدأ مهارة الاتزان من وضع الإقعاء حيث يقوم الطالب برفع إحدى رجليه عن الأرض مع مدها تدريجيا من مفصلي الركبة و القدم في اتجاه الخلف** | **2** | **مهارة الاتزان من وضع الإقعاء نصفا يكون الارتكاز على إحدى الركبتين على الأرض ومحاولة إبقاء الجسم في حالة اتزان لأطول فترة ممكنة** | **1** |
| **النظر متجه للأمام ، ويصل الطالب إلى الاتزان من وضع الإقعاء نصفا حيث يكون الارتكاز على الركبة و الجذع مائلا قليلا للأمام و النظر و الذراعين جانبا**  | **4** | **تتم عملية المد الكامل لها ، ويقوم الطالب في الوقت نفسه بميل الجذع قليلا للأمام ورفع الذراعين للجانبين و المحافظة على الرأس مرفوعة لأعلى**  | **3** |
|  | **6** | **الرجل على كامل امتدادها للخلف ، كما تكون القدم في مستوى أقل قليلا من مستوى الرأس**  | **5** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
|  | **(وقوف) الجري حول الملعب، وعند سماع الصافره ، التغيير بالوثب بالقدمين معا مع التقدم للأمام .****(وقوف) المشي علي مقعد سويدي مقلوب .****(وقوف) عمل ميزان أمامي . (جثو) عمل ميزان صغير .****ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة ــ الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام 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 ببطاقة المهام ، 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 الاتزان من وضع الإقعاء نصفا .****- أداء نموذج حركي للمهارة يوضح فيه مايلي :-****- من وضع الإقعاء الاتزان علي أحد القدمين مع فرد القدم الحرة أماما .****- رفع الذراعين جانبا لحفظ توازن الجسم مع النظر للذمام .****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 :****ينتشر التلاميذ انتشار حرا في الملعب وعند سماع الصافره ، يقوم كل تلميذ بمطاردة الزميل المجاور له بالجري خلفه ، وعند سماع الصافره مرة أخري ، يتزن مجموعة التلاميذ من وضع الإقعاء نصفا لمدة (10) ث .. ويكرر الأداء .** | **ـ يكون الجسم أكثر ثباتا عندما يرتكز على قاعدة ارتكاز كبيرة مقارنة بارتكازه على قاعدة صغيرة** **ـ يزداد ثبات الجسم بقرب مركز ثقله من قاعدة الارتكاز****ـ للوصول إلى أفضل توازن يجب أن يكون مركز الثقل في منتصف قاعدة الارتكاز** | **ـ يمكن التقدم بخبرة الاتزان من وضع الإقعاء نصفا من خلال التأكيد على مفهوم الأداء الصحيح ، و العمل على إدراك الطالب لمفهوم الاتزان ، وذلك بتغيير وضع الذراعين وزيادة ميل الجذع لأسفل** |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **عرض رسوم وصور توضيحية لمواصفات الأداء الحركي للمهارة ويطلب من الطلاب ترتيبها**  | **استمارة محك تعلم مهارة الاتزان من وضع الإقعاء نصفا** |
|  |
| **1- هل بإمكانك تطبيق الاتزان من وضع الإقعاء نصفا داخل المنزل مع التحكم في أجزاء الجسم ؟**  | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **الرابعة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
|  | **ضرب الكرة بالرأس** | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **تنطيط الكرة بالرأس**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | **كرة بديلة** | **صافره** | **أن ينطط الطالب الكرة بالرأس بطريقة صحيحة**  | **نفس حركي** |
| **نموذج توضيحي علي لوحة من الفلين** | **أن يتعرف الطالب على الملابس الملائمة للأجواء الباردة أثناء ممارسة النشاط البدني**  | **معرفي** |
| **حائط** | **كرة معلقة** | **أن يظهر الطالب استعدادا للمحافظة على الأدوات و الأجهزة أثناء النشاط البدني**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **تثنى الركبتان قليلا ويميل الجذع قليلا للخلف و تكون الرأس على استقامة الجذع** | **2** | **يكون الجسم في وضع الوقوف أماما مواجها لاتجاه الكرة**  | **1** |
| **يكون ضرب الكرة بالجبهة**  | **4** | **ترتفع الذراعان جانبا بخفة لحفظ التوازن**  | **3** |
| **تضرب الكرة من منتصفها**  | **6** | **تكون العينان مفتوحتان عن ضرب الكرة**  | **5** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
|  | **لعبة صغيرة: ينتشر التلاميذ في الملعب انتشار حر ، وعند سماع الصافره يجري التلاميذ بالكرة عكس إشارة المعلم ، ويخرج من اللعبة المخطئ للاتجاه ، ويكرر الأداء (وقوف) تمرير الكرة للحائط بالرأس ولقفها باليد** **(وقوف- مواجه) تمرير الكرة للزميل بالرأس (:) . (وقوف) رمي الكرة لأعلي باليدين ثم استقبالها بالرأس لأعلي** **ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة ــ الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام 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 ببطاقة المهام ، 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 تنطيط الكرة بالرأس .****- أداء نموذج حركي للمهارة يوضح فيه مايلي :-****- تنطيط الكرة علي الجبهة أو مقدمة الرأس التي تسحب للخلف قليلا .** **- تبدأ الحركة من أسفل إلي أعلي ، مع مراعاة النظر للكرة وفتح العينين .****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 التلاميذ إلي مجموعتين متكافئتين ، وعند سماع الصافره تقوم الأولي بتنطيط كرة معلقة ، بينما الثانية بتنطيط كرة حرة بالرأس لأطول زمن ممكن ، ثم التبديل بين المجموعتين ، واختيار المعلم للمجموعة الأفضل .** | **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 تنطيط الكرة بالرأس عشر مرات متتالية** **ـ أداء تنطيط الكرة بالرأس مع الزميل**  |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **أذكر مواصفات الأداء الصحيح لتنطيط الكرة بالرأس**  | **استمارة تقويم الجانب المهاري ( محك التعلم ) لمهارة تنطيط الكرة بالرأس** |
|  |
| **بطاقة لولي الأمر موضح فيها الأسئلة التالية****ـ هل بإمكان الابن تنطيط الكرة بالرأس بشكل صحيح و بدون تصلب في المنزل ؟** | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **الخامسة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
|  | **التعلق الصحيح**  | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **التسلق بطريقة صحيحة و أمنة**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | **حبال معلقة** | **عقل حائط** | **أن يتسلق الطالب بطريقة صحيحة وآمنة بواسطة حبال معلقة ، سلالم عاموديه ، وعقل حائط**  | **نفس حركي** |
| **نموذج توضيحي علي لوحة من الفلين** | **أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الأحذية و الجوارب أثناء مزاولة النشاط البدني**  | **معرفي** |
| **قائم طائرة** | **سلم عمودي** | **أن يبادر الطالب بالثناء لزميلة على مجهوده أثناء النشاط البدني**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **تبدأ حركة الصعود بوضع أحد القدمين على العقلة الحائطية السفلية الأولى من عقل الحائط ،** | **2** | **تبدأ المهارة من وضع الوقوف المواجه لعقل يقبض الطالب باليدين على أحد عقل الحائط التي تكون في مستوى صدره ، وتكون القدمان على الأرض بجانب تعضهما و المشطان يشيران للأمام في اتجاه الحائط**  | **1** |
| **في الوقت نفسه ترفع اليد المقابلة للقدم المرفوعة عن العقلة الحائطية الممسكة بها لتمسك بالتي تليها عاليا .** | **4** | **ثم يتم تحميل الجسم عليها مع رفع القدم الأخرى عن الأرض لوضعها على العقلة الحائطية السفلية الثانية**  | **3** |
|  | **6** | **تكرر الحركة بالقدم و اليد الأخريين ، وتستمر المهارة على هذا النحو بالتبادل**  | **5** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
| **محمد حمدي 4 004.jpg** | **(وقوف) الجري مع مرجحة الذراعين للذمام والخلف . (وقوف) الجري مع قذف القدمين للأمام بالتبادل .****(وقوف- أمام عقل حائط) تسلق العقل باليدين والقدمين . (تعلق- حبال معلقة) تسلق الحبال بمساعدة الزميل (:) .****(وقوف) تسلق قائم كرة طائرة .****ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة ــ الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام 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 ببطاقة المهام ، 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 :****في وجود محطات تبعد عن بعضها (10) متر (عقل حائط – حبال معلقة – سلم عمودي – قائم طائرة ) يقسم الفصل إلي أربع مجموعات ، كل مجموعة تؤدي مهارة التسلق بمحطة ، ثم التبديل بين المجموعات وتحديد المجموعة الفائزة .** | **ـ حث الطلاب على مقارنة أداء كل منهم بمواصفات الأداء الصحيح ـ القيام بعرض نموذج لطريقة الأداء الصحيح بعد التوصل لأفضل أداء**  | **ـ أداء التسلق الصحيح باليدين فقط مع محاولة رفع القدمين أماما** **ـ عمل مسابقة بين الطلاب مع ملاحظة الأداء الصحيح للتسلق مع مراعاة عوامل الأمن و السلامة**  |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **أذكر مواصفات الأداء الصحيح للتسلق بطريقة صحيحة و أمنة**  | **استمارة تقويم الجانب المهاري ( محك التعلم ) لمهارة التسلق بطريقة صحيحة و أمنة** |
|  |
| **بطاقة لولي الأمر موضح فيها الأسئلة التالية****ـ هل بإمكان الابن التسلق بطريقة صحيحة و أمنة و بدون تصلب في المنزل ؟** | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **الخامسة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
|  |  | **التقوس للخلف** | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **تطبيق القوس المعكوس**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الأمر** | **الواجب الحركي** | **حائط** | **صافره** | **أن يتمكن الطالب من تطبيق القوس المعكوس** | **نفس حركي** |
| **نموذج توضيحي علي لوحة من الفلين** | **أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الأحذية و الجوارب أثناء مزاولة النشاط البدني**  | **معرفي** |
|  | **مراتب** | **أن يبادر الطالب بالثناء لزميلة على مجهوده أثناء النشاط البدني**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **يبدأ تقوس الجسم من وضع الاستلقاء على الظهر و الذراعان مثنيتان و الكفان على الأرض بجانب الرأس وتشير الأصابع إلى اتجاه القدمين**  | **2** | **انحناء الجسم يتم بثني الجذع للأمام بينما يتم التقوس بانحناء الجسم إلى الخلف ويسمى التقوس ، وتتم الحركة من الظهر** | **1** |
| **تتم حركة التقوس من هذا الوضع بالارتكاز على القدمين وكفي اليدين و رفع المقعدة و الجذع و الرأس لأعلى بعيدا عن الأرض** | **4** | **وتكون الركبتان مثنيتين و القدمان مستندتين بالكامل على الأرض** | **3** |
| **يتم الثبات في هذا الوضع لعدد الثواني تتراوح من 5 إلى 20 ثانية**  | **6** | **مع مد الذراعين و الركبتين في حركة تدريجية مستمرة حتى يصل الجسم لوضع التقوس الكامل**  | **5** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
|  | **لعبة صغيرة: ينتشر التلاميذ في الملعب أنشار حر وعند سماع الصافره يجري التلاميذ في جميع الاتجاهات وعند صافره أخري ، كل مجموعة تكون دائرة . (وقوف- الذراعان عاليا) رفع العقبين وثني الركبتين كاملا ببطء .****(وقوف- الذراعان عاليا) تقوس الجذع خلفا . (وقوف- ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع أماما أسفل .****ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة ــ الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام 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 ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ** **- شرح مبسط وضع القوس المعكوس بإيجاز . - أداء نموذج حركي للمهارة يوضح فيه مايلي :-****- من وضع الوقوف الذراعين عاليا ، تقوس الجذع خلفا .****- الوصول باليدين علي الأرض ، للوصول إلي وضع القبة (القوس المعكوس) .****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 :****ينتشر التلاميذ انتشار حر في الملعب ، ويقوم التلاميذ بالوثب والعدو في المكان ، وعند سماع الصافره ، يقف التلاميذ والظهر للحائط والذراعين عاليا ، والتقوس خلفا والمشي باليدين علي الحائط لأداء القوس المعكوس .** | **ـ يكون الجسم أكثر ثباتا عندما يرتكز على قاعدة ارتكاز كبيرة مقارنة بارتكازه على قاعدة صغيرة** **ـ يزداد ثبات الجسم بقرب مركز ثقله من قاعدة الارتكاز****ـ للوصول إلى أفضل توازن يجب أن يكون مركز منتصف قاعدة الارتكاز**  | **ـ يؤدي الطالب التقوس المعكوس من الوقف والجلوس****ــ أ يؤدي الطالب التقوس بعد الجري إلى الخلف مسافة عشر خطوات****ـ يؤدي الطالب التقوس المعكوس مع المحاولة للتحرك للجانبين و للأمام و الخلف** |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **هل تعرف الطالب على الخطوات التعليمية الصحيحة للتقوس؟** | **استمارة محك التعلم لمهارة التقوس الصحيح** |
|  |
| **1- هل بإمكانك تنفيذ مهارة التقوس في المنزل خمس مرات بطريقة صحيحة وآمنة ؟**  | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **الخامسة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
|  | **الوقوف على قدم واحدة**  | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **الوقوف على قاعدة الاتزان (قاعدة غير ثابتة )** | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | **قاعدة اتزان غير ثابتة** | **صافره** | **أن يتمكن الطالب من الوقوف على قاعدة الاتزان ( قاعدة غير ثابتة )** | **نفس حركي** |
| **نموذج توضيحي علي لوحة من الفلين** | **أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الأحذية و الجوارب أثناء مزاولة النشاط البدني**  | **معرفي** |
|  | **مقعد سويدي** | **أن يبادر الطالب بالثناء لزميلة على مجهوده أثناء النشاط البدني**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **الوضع الثاني : الوقوف على قاعدة غير ثابتة ، مثل الوقوف على لوح التوازن**  | **2** | **يتم الاتزان من وضعين : الوضع الأول : الوقوف على قاعدة ثابتة ، مثل الوقوف على كرسي أو مقعدة سويدي مع الاحتفاظ بتوازن الجسم أثناء الوقوف .** | **1** |
| **يمكن أن يكون للوح محور أو محور ارتكاز على قاعدة ثابتة على الأرض كما قد يكون مستطيل أو مستدير الشكل ويكن تصميم قاعدة اتزان باستخدام لوح مستطيل الشكل طول أضلاعه 30 ـ 20 سم مرتكز على قطعه مربعة الشكل طول أضلاعها 20 ـ 10 سم وبارتفاع 15 سم عن الأرض** | **4** | **لوح التوازن : عبارة عن لوحة مربع الشكل مرتكز على الأرض عند خط المنتصف ، ومرتفع عنها عند الطرفين ويقف الطالب عليه مع محاولة الاحتفاظ بالاتزان بحيث يكون اللوح مرتفعا عن الأرض عند طرفية**  | **3** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
|  | **لعبة صغيرة: ينتشر التلاميذ في الملعب ، الجري عند سماع الصافره الوقوف علي قدم واحدة ورفع الذراعين عاليا ويفوز التلميذ الذي يتزن (15) .****(وقوف-علي القدم اليمني) رفع الذراعين جانبا عاليا – يكرر علي القدم اليسرى .****(وقوف) الحجل مرة بالرجل اليمني ثم اليسرى .****(وقوف) الوثب علي الرجلين معا .****ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة ــ الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام 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 ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالا في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم ـ يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ـ** **- شرح مبسط لطريقة أداء الوقوف علي قاعدة الاتزان .** **- أداء نموذج حركي للمهارة يوضح فيه مايلي :- - من وضع الوقوف علي القدمين معتدلا ، يرفع الذراعين جانبا .****- توزيع مركز الثقل علي القدمين بالتساوي لحفظ التوازن . 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 التلاميذ إلي ثلاثة مجموعات متكافئة ، الأولي تقوم بالاتزان الحر علي قاعدة الاتزان ، والثانية تؤدي مهارة تشبيك الأيدي في دائرة ، والثالثة يتزن كل تلميذين مشابكي الأيدي معا ، ثم التبديل بين المجموعات ، وتحديد الأفضل .** | **ـ يكون الجسم أكثر ثباتا عندما يرتكز على قاعدة ارتكاز كبيرة مقارنة بارتكازه على قاعدة صغيرة** **ـ يزداد ثبات الجسم بقرب مركز ثقله من قاعدة الارتكاز****ـ للوصول إلى أفضل توازن يجب أن يكون مركز الثقل في منتصف قاعدة الارتكاز** | **ـ يمكن التقدم بخبرة الوقوف على قاعدة الاتزان (قاعدة غير ثابتة ) من خلال التأكيد على مفهوم الأداء الصحيح ، و العمل على إدراك الطالب لمفهوم الاتزان ، وذلك بتغيير وضع الذراعين وزيادة ميل الجذع لأسفل** |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق و بعده** | **هل تعرف الطالب علي الوقوف على قاعدة الاتزان (قاعدة غير ثابتة ) حسب الأداء الفني للمهارة ؟** | **استمارة محك تعلم مهارة الوقوف على قاعدة الاتزان (قاعدة غير ثابتة )** |
|  |
| **1- تطبيق الوقوف على قاعدة الاتزان (قاعدة غير ثابتة ) داخل المنزل حسب الأداء الفني للمهارة؟** | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **الخامسة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
|  | **رمي الكرة**  | **ركل الكرة**  | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام : يد واحدة ، أو القدم**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الاكتشاف الموجه** | **الواجب الحركي** | **كرة بديلة** | **مهر** | **أن يصوب الطالب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام : يد واحدة ، أو القدم** | **نفس حركي** |
| **صولجان** | **كرة تنس** | **أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الأحذية و الجوارب أثناء مزاولة النشاط البدني**  | **معرفي** |
| **أهداف** | **دائرة** | **أن يبادر الطالب بالثناء لزميلة على مجهوده أثناء النشاط البدني**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **من أبرز العوامل التي تؤثر على تصويب الكرة باليد أو القدم**  | **2** | **يتم التصويب باليد أو القدم بأساليب متنوعة**  | **1** |
| **ينبغي أن يراعي المعلم تلك العوامل عند تصميمه و تنفيذه للخبرات التعليمية . وتطبيقها في ألعاب ومسابقات**  | **4** | **حجم الكرة " صغيرة أو كبيرة " ووزنها " خفيفة أو ثقيلة " كذلك حجم الهدف " صغير أو كبير " وموقعة "بعيد أو قريب " وحالته " ثابت أو متحرك "** | **3** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
|  | **لعبة صغيرة: يقسم الفصل إلي مجموعات متساوية ، كللا مجموعة في دائرة ، في وسطها مهر عليه كرة طبية يقوم أحد التلاميذ بحمايتها من التصويب ، يحصل التلميذ الذي يتمكن من إسقاط الكرة بالتصويب عليها علي نقطة .. ويكرر .** **(وقوف) التصويب بكرة تنس علي صولجان باليد .****(وقوف) التصويب بكرة متدحرجة علي صندوق بالقدم .****(وقوف) التصويب علي دائرة مرسومة علي حائط باليد ثم بالقدم .****ـ التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها ـ قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة ــ الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام 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 ببطاقة المهام ، 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 التصويب علي الأهداف باليد والقدم . - أداء نموذج حركي للمهارة يوضح فيه مايلي :-****- توجيه النظر علي الهدف المراد التصويب عليه قبل وبعد الأداء مباشرة .****- أداء مهارة التصويب بالدقة والقوة المناسبة لتحقيق الهدف .****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 الفصل إلي أربع فرق متساوية ، يتبارى كل فريقين ، يرسم مستطيل في نهاية كل ضلعين توضع أربع صولجانات ، وعند الصافره يحاول كل تلميذ دحرجة الكرة بقدمه لزميلة ليحاول إسقاط الصولجان بتصويب الكرة عليه .** | **ـ يجب أن تتناسب زاوية الركل مع وضع ارتفاع أو انخفاض الهدف** **ـ يجب التأكد على حركة كل من مفصل القدم ومفصل الركبة إضافة إلى حركة مفصل الفخذ من أجل زيادة سرعة الكرة إلى أقصى ما يمكن عند الركل** | **ـ أداء التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام : يد واحدة ، أو القدم عشر مرات متتالية** **ـ تقسيم الطلاب إلى قاطرتان متساويتان و عمل منافسة بينهم في التصويب على هدف ثابت ثم متحرك باستخدام : يد واحدة ثم القدم** |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء تطبيق و بعده** | **هل تعرف الطالب علي التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام : يد واحدة ، أو القدم حسب الأداء الفني للمهارة ؟** | **استمارة محك تعلم مهارة التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام : يد واحدة ، أو القدم)** |
|  |
| **1- تطبيق التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام : يد واحدة ، أو القدم في ساحة المنزل حسب الأداء الفني للمهارة؟** | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **السادسة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
|  | **الجري بالكرة**  | **ركل الكرة**  | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **ألعاب تمهيدية في كرة القدم**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الاكتشاف الموجه** | **الممارسة**  | **كرات قدم** | **صافره** | **أن يمارس الطالب ألعاب تمهيدية في كرة القدم**  | **نفس حركي** |
| **كرات بديلة**  | **أقماع**  | **أن يعرف الطالب أن لكل لعبة أو مسابقة قوانين و قواعد تنظمها**  | **معرفي** |
|  |  | **أن تتعزز لدى الطالب روح المنافسة المحدودة أثناء مزاولة الألعاب التمهيدية**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **ـ يمكن عمل أكثر من دائرة حسب عدد الطلبة في الصف**  | **2** | **لعبة كرة القدم الساخنة : ـ يمكن استخدام كرة بديلة**  | **1** |
| **لعبة كرة القدم الحرة : يمكن استخدام كرة بديلة**  | **4** | **ـ يراقب المعلم الطلبة في كيفية ركل الكرة بوجه القدم الداخلي** | **3** |
| **يراقب المعلم الطلبة على كيفية ركل الكرة بوجه القدم الأمامي** | **6** | **يمكن عمل أكثر من خطين حسب عدد الطلبة في الفصل** | **5** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
|  | **لعبة كرة القدم الساخنة : 1. يقف الطلبة في دائرة ، وتوضع كرة قدم على الأرض أمام أحد الطلبة 2. يصيح الطالب قائلا ( كرتي ساخنة ) ويقوم بركل الكرة داخل الدائرة إلى أحد الطلبة في محيط الدائرة ، ويجب على من تصل إليه الكرة من الطلبة أن يقوم بركلها بسرعة قبل أن ( تحرقه ) 3. يستمر الطلبة في ركل الكرة حتى تخرج من الدائرة أو تفقد بأي طريقة من الطرق ، فيتناولها طالب أخر ويقوم بتسخينها مرة أخرى****لعبة كرة القدم الحرة : 1. يرسم خطان المسافة بينهما 10 متر 2. يقف الطلبة في صف خلف أحد الخطين ما عدا طالبا واحدا يقف خلف الخط الآخر مواجها للطلبة حيث يقوم بدور المعلم ، ومعه الكرة 3. ينادي الطالب الذي بحوزته الكرة احد أسماء الطلبة ، ثم يقوم بضرب الكرة نحوه 4. يمسك الطالب الذي يسمع اسمه الكرة ، ثم يضعها خلف أو فوق خطه ،ويضربها لإعادتها إلى الطالب المعلم . 5.ينادي المعلم ( كرة حرة ) ثم يضرب الكرة نحو الخط المقابل للطلبة ، ويحاول كل طالب مسك الكرة . 6. من ينجح في مسك الكرة أو إيقافها ، يصبح معلما جديدا ، ويستأنف اللعب من جديد****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 :** |
| **ـ تنظيم مسابقات جماعية لأداء مباراة في كرة القدم خلال الفسحة اليومية لتحسين أداء الطلاب** | **ـ تشجيع الطلاب بشكل مستمر على الأداء المتميز** **ـ إعطاء فرصة لتشجيع الطلاب بعضهم البعض** **ـ التأكيد على أهمية اللياقة البدنية لصحة الإنسان و المحافظة عليها** | **ـ يمكن استخدام كرة بديلة** **ـ يمكن عمل أكثر من خطين حسب عدد الطلبة في الفصل ( لعبة كرة القدم الحرة )****ـ يراقب المعلم الطلبة على كيفية ركل الكرة بوجه القدم الأمامي**  |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **أذكر أجزاء الجسم المستخدمة في ركل و ضرب كرة القدم أثناء المنافسة ؟** | **ملاحظة الأداء****و****تصحيح الأخطاء** |
|  |
|  **المتابعة لولي الأمر موضح فيها الأتي****ـ أن يشترك مع الابن في لعبة تتضمن تبادل ركل الكرة من الثبات بينهما في مسافة قصيرة 3 ــ 5 متر****ـ لعبه أخرى ركل الكرة من الحركة , بأن يقوم الابن ركل الكرة للأمام للوصول إلى مكان الوالد الذي يبعد عنه مسافة 5 ـ 7 متر**  | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **السادسة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
| **تمرير الكرة باليدين**  | **ضرب الكرة باليد** | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **ألعاب تمهيدية في كرة الطائرة**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الاكتشاف الموجه** | **الممارسة** | **كرات طائرة** | **صافره** | **أن يمارس الطالب ألعاب تمهيدية في كرة الطائرة** | **نفس حركي** |
| **كرات بديلة**  | **أقماع**  | **أن يعرف الطالب أن لكل لعبة أو مسابقة قوانين و قواعد تنظمها**  | **معرفي** |
|  |  | **أن تتعزز لدى الطالب روح المنافسة المحدودة أثناء مزاولة الألعاب التمهيدية**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **ـ يجب مراعاة النظر المستمر إلى الكرة**  | **2** | **لعبة تمرير الكرة الطائرة للمربع : يجب الاهتمام بتمرير الكرة مسافة منافسة إلى أعلى**  | **1** |
| **ـ يحب عدم استخدام التمرير باليدين من أعلى** | **4** | **لعبة تمرير الكرة من أسفل : ـ يكون تمرير الكرة بصورة مستمرة من أسفل**  | **3** |
|  | **6** | **ـ ينبغي الاهتمام بعدد مرات التمرير بين الزملاء ، ويكون في الأقل مرتين لكل فريق ، قبل تمريرها للفريق الأخر**  | **5** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
| http://t2.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQgOG1D9IMcgqDUxR_B5HOHmYkKI6HVocznBYAI_XtWy5o85Eycdw | **لعبة صغيرة: (وقوف) المشي والحجل في الملعب تبعا لإشارة المعلم ومن يخطئ في التنفيذ يخرج من اللعبة .... ويكرر****(وقوف- مواجه) تبادل رمي ولقف الكرة الطبية مع الزميل (:) .****(وقوف علي أطراف الأصابع) الوثب عاليا للقف الكرة الطبية من الزميل (:) .****(وقوف) الجري في المكان مع رفع الركبتين عاليا .** **لعبة صغيرة: يقف كل تلميذين مواجهين لبعضهم وبينهم شبكة الكرة الطائرة ، ويتبادلان تمرير الكرة من أعلي و الأمام عبر الشبكة ومن يؤدي أكبر عدد من المرات يعتبر هو الفائز .****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 الفصل غلي مجموعات كل مجموعتين متقابلتين ، خط بدء أمام كل مجموعة وبعد سماع الصافره يجري أول أحد المجموعتين ويرمي الكرة باليدين من فوق الرأس لزميلة المقابل ثم يكمل ليقف خلف القطار المقابل المجموعتان ، الفائزتان المنتهيتان أولا .** | **ـ يكون تمرير الكرة بصورة مستمرة من أسفل** **ـ يجب عدم استخدام التمرير باليدين من أعلى****ـ ينبغي الاهتمام بعدد مرات التمرير بين الزملاء ويكون في الأقل مرتين لكل فريق . قبل تمريرها للفريق الأخر .** | **ـ يجب الاهتمام بتمرير الكرة مسافة مناسبة إلى أعلى** **ـ يجب مراعاة النظر المستمر إلى الكرة**  |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **أن يذكر الطالب أن عدد مرات التمرير في الفريق الواحد لا تزيد عن ثلاث تمريرات و أمكانيه أن تقل عن ثلاث تمريرات**  | **ملاحظة الأداء****و****تصحيح الأخطاء** |
|  |
| **المتابعة لولي الأمر موضح فيها الأتي****ـ أن يشترك مع الابن في ألعاب تمهيدية في كرة الطائرة**  | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **السادسة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
| **استلام الكرة**  | **تمرير الكرة**  | **مسك الكرة**  | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **ألعاب تمهيدية في كرة السلة**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الممارسة** | **الواجب الحركي** | **كرات بديلة** | **كرات سلة**  | **أن يمارس الطالب ألعاب تمهيدية في كرة السلة**  | **نفس حركي** |
| **صافره** | **أقماع**  | **أن يعرف الطالب أن لكل لعبة أو مسابقة قوانين و قواعد تنظمها**  | **معرفي** |
|  |  | **أن تتعزز لدى الطالب روح المنافسة المحدودة أثناء مزاولة الألعاب التمهيدية**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **ـ ضرورة أن تكون القاطرات متساوية العدد**  | **2** | **لعبة مسك كرة السلة وتسليمها للزميل :ـ إمكانية استخدام كرات بديلة**  | **1** |
|  | **4** | **ـ مراقبة طريقة مسك الطالب للكرة باليدين وتسليمها للزميل بطريقة صحيحة**  | **3** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
|  | **لعبة تمهيدية :ـ كرة السلة النداء****ــ يقف الطلبة داخل دائرة قطرها 10 متر ، وتعطى الكرة لأحدهم ، ويقف في يوسط الدائرة ــ يقف الطالب الذي معه الكرة إلى أعلى ، وعلى من يسمع أسمه أن يقف ( يلتقط ) الكرة بينما يجري جميع الطلبة خارج الدائرة ـــ ينادي الطلبة ( قف ) عندما ينجح في لقف الكرة ـــ يقف الطلبة جميعهم كل في مكانه دون تحرك ـــ يقوم الطالب الذي معه الكرة بتصويبها على أي رجلي أحد الطلاب لكي تلمسه ، فإذا نجح في ذلك ، يصبح الطالب الذي لمسته الكرة وسط الدائرة ــ يعود الطلبة إلى داخل الدائرة ، وهكذا تكرر اللعبة إلى أن يقوم معظم الطلبة برمي الكرة و التقاطها** **لعبة تمهيديه :ـ لعبة مسك كرة السلة وتسليمها للزميل :ـ** **ــ يقسم الطلبة إلى مجموعات ، وتقف كل مجموعة على شكل قاطرة ـــ يمسك الطالب الأمامي في كل قاطرة كرة سلة باليدين ، وبحيث تكون القدمان متباعدتين ( وقوف فتحا ) يقوم الطالب الأمامي الذي يمسك الكرة باليدين بتسليمها لزميله الذي يقف خلفه من فوق الرأس ( عند الإشارة ) ، ثم يقوم هذا الطالب بعد استلامه الكرة بتسليمها لزميلة الذي يقف في أخر القاطرة ، الذي يقوم بالجري للوقوف في بداية القاطرة ـــ تفوز القاطرة التي تنتهي من الأداء أولا 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 :** |
| **ـ تنظيم مسابقات جماعية لأداء ألعاب تمهيدية في كرة السلة خلال الفسحة اليومية لتحسين أداء الطلاب** | **ـ تشجيع الطلاب بشكل مستمر على الأداء المتميز** **ـ إعطاء فرصة لتشجيع الطلاب بعضهم البعض** **ـ التأكيد على أهمية اللياقة البدنية لصحة الإنسان و المحافظة عليها** | **ـ يتم التقدم بالخبرة عن طريق تقسيم الطلاب إلى فريقين متساويين مع توجيه الطلاب إلى عمل دربل أثناء المشي بالكرة**  |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **أن يذكر الطالب أن عدد الخطوات التي يستطيع أن يمشي بها بالكرة هي ثلاث خطوات بدون دربل** | **ملاحظة الأداء****و****تصحيح الأخطاء** |
|  |
| **المتابعة لولي الأمر موضح فيها الأتي****ـ أن يشترك مع الابن في ألعاب تمهيدية في كرة السلة** | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **تاريخ تنفيذ** | **1 ـ 2** | **عدد الدروس** |  | **الأسبوع** | **السادسة** | **الوحدة** | **الثالث الابتدائي** | **الصف** |
| **الوعي بالحيز** | **تحريك الذراع لقطع الكرة**  | **تمرير الكرة**  | **المتطلبات السابقة للخبرة** | **ساحة مناسبة** | **المكان** | **ألعاب تمهيدية في كرة اليد**  | **الخبرة** |
| **أسلوب التعليم المتبع** | **الأدوات** | **الهدف** | **المجال** |
| **الممارسة** | **الواجب الحركي** | **أقماع** | **طباشير ملون** | **أن يمارس الطالب ألعاب تمهيدية في كرة اليد** | **نفس حركي** |
| **كرة يد** | **صافره** | **أن يعرف الطالب أن لكل لعبة أو مسابقة قوانين و قواعد تنظمها**  | **معرفي** |
| **كرتان طبيتان** | **مهران** | **أن تتعزز لدى الطالب روح المنافسة المحدودة أثناء مزاولة الألعاب التمهيدية**  | **انفعالي** |
|  |
| **ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية** |
| **قدرة الطالب على التمويه على الزميل و تصويب الكرة** | **2** | **قدرة الطالب على تمرير الكرة مع زملائه و التصويب نحو هدف ثابت**  | **1** |
| **قدرة الطالب على اتخاذ الموقع داخل المساحة المحددة أثناء اللعب**  | **4** | **قدرة الطالب على تحريك يده أو ذراعه لقطع الكرة الممررة**  | **3** |
|  |
| **شكل توضيحي للمهارة** | **إجراءات التنفيذ** |
| http://t2.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcR09tKNZLggwhxjJOR6uscfgpGKCL1YLYtoieUP5OuGZkCJvYRo6Ds6PQ | **لعبة كرة المهر** **التنظيم و التشكيل |ـ****مهران موضوعان في طرفي ساحة اللعب المحددة على بعد متر واحد من حدود الملعب ويرسم أمام كل نصف دائرة قطرها من 3 ـ 5 متر ويوضع على كل مهر كرة طبية** **يشارك في تنفيذ أنشطة اللعبة 14 ـ 20 طالب موزعين على فريقين كل فريق مكون من 7 ـ 10 طلاب** **طريقة اللعب : يحاول كل فريق التصويب على الكرة الطبية الموضوعة على المهر الخاص بالفريق المقابل ويقوم الفريق بتمرير الكرة بين أعضائه إما باستخدام التمريرة الصدرية المرتدة قبل التصويب على الكرة الطبية** **قواعد اللعب :ـ****لا يجوز للطالب دخول الدائرة عند التصويب على الكرة الطبية 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 :** |
| **ـ تنظيم مسابقات جماعية لأداء ألعاب تمهيدية في كرة اليد خلال الفسحة اليومية لتحسين أداء الطلاب** | **ـــ اشرح للطلاب أهمية التعاون لتحقيق النجاح و يكون ذلك من خلال التمرير وتناقل الكرة بينهم لإصابة هدف في الفريق المقابل** **ـ وضع مفهوم الوعي بالحيز كأحد المفاهيم الحركية عن طريق استخدام وسيلة تعليمية وذلك من خلال الإشارة إلى اتخاذ الموقع الجيد في المساحة المحددة للعبة** | **ـ تقليل عدد الخطوات المسموح بها أثناء مسك الكرة** **ـ زيادة أو تقصير مساحة الدائرة** **ـ الانتقال من مكان لأخر بتنطيط الكرة**  |
|  |
| **تقويم الخبرة** |
| **الجانب الانفعالي** | **الجانب المعرفي** | **الجانب المهاري** |
| **استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس** | **ـ كم نوع من التمرير يمكن أن تمرر به كرة اليد ؟****ـ ما أخطاء التصويب في كرة اليد؟** | **ملاحظة الأداء****و****تصحيح الأخطاء** |
|  |
| **المتابعة لولي الأمر موضح فيها الأتي****ـ أن يشترك مع الابن في ألعاب تمهيدية في كرة اليد** | **الواجبات المنزلية** |
|  |
|  | **مدير المدرسة** |  | **المشرف التربوي** |  | **معلم المادة** |
| **9564** |

|  |
| --- |
|  |
| **/ / 143**  | **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** |