



المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

إدارة التعليم بـ .....

مكتب التعليم بـ .....

مدرسة: .....

معلم التربية البدنية: .....

**تحضير دروس مادة التربية البدنية**  
**للمرحلة الثانوية (( النظام الفصلي ))**  
**{ المستوى الأول }**

إعداد نخبة من معلمي التربية البدنية بمكتب التعليم بالنسيم بإدارة تعليم جدة

تنفيذ وإشراف: مشرف التربية البدنية / فارس بن إبراهيم الفضل

المستوى: الأول		المرحلة الدراسية: الثانوية		إلى:		من:		تاريخ التنفيذ		الأسبوع رقم: ١			
توقيع المدير		مؤشرات تحقيق الأهداف		الأسلوب التعليمي		الأهداف التعليمية		الخبرة		الوحدة			
		قدرة الطالب على اداء قياس الطول و الوزن و كتلة الجسم				ان يؤدي الطالب قياس الطول + الوزن + كتلة الجسم		مهاري		الطرق الصحيحة لقياس الطول و الوزن و كتلة الجسم		الصحة واللياقة البدنية	
		ان يذكر الطالب القياسات السابقة				ان يتعلم الطالب قياس الطول و الوزن و كتلة الجسم		معرفي					
		ملاحظة اداء الطالب للقياسات السابقة				الثقة بالنفس		وجداني					

المستوى: الأول		المرحلة الدراسية: الثانوية		إلى:		من:		تاريخ التنفيذ		الأسبوع رقم: ٢			
توقيع المدير		مؤشرات تحقيق الأهداف		الأسلوب التعليمي		الأهداف التعليمية		الخبرة		الوحدة			
		قدرة الطالب على ادراك الفوائد الصحية للنشاط البدني				ان يؤدي الطاب جميع المهارات الصحيحة لممارسة النشاط		مهاري		الفوائد الصحية لممارسة النشاط الرياضي		الصحة واللياقة البدنية	
		ان يذكر الطالب فوائد النشاط البدني				ان يتعرف الطالب على عناصر المهارات الصحيحة		معرفي					
		ملاحظة الطالب لفوائد النشاط البدني				ان يعتمد الطالب على قدراته الذاتية		وجداني					

المستوى: الأول		المرحلة الدراسية: الثانوية		إلى:		من:		تاريخ التنفيذ		الأسبوع رقم: ٣			
توقيع المدير		مؤشرات تحقيق الأهداف		الأسلوب التعليمي		الأهداف التعليمية		الخبرة		الوحدة			
		قدرة الطالب على تصميم الأنشطة الرياضية				ان يؤدي الطالب مهارات تصميم الأنشطة الرياضية		مهاري		تصميم الأنشطة الرياضية		الصحة واللياقة البدنية	
		ان يذكر الطالب مهارات تصميم الأنشطة الرياضية				ان يعرف الطالب مهارات تصميم الأنشطة الرياضية		معرفي					
		ان يلاحظ الطالب فوائد النشاط البدني				التعاون بين افراد المجموعة		وجداني					

المستوى: الأول		المرحلة الدراسية: الثانوية		إلى:		من:		تاريخ التنفيذ		الأسبوع رقم: ٤			
توقيع المدير		مؤشرات تحقيق الأهداف		الأسلوب التعليمي		الأهداف التعليمية		الخبرة		الوحدة			
		قدرة الطالب على تحقيق القيم و الاتجاهات				ان يؤدي الطالب ما يحقق القيم و الاتجاهات		مهاري		القيم و الاتجاهات في النشاط البدني		الصحة واللياقة البدنية	
		ان يذكر الطالب القيم و الاتجاهات				ان يعرف الطالب القيم و الاتجاهات		معرفي					
		ملاحظة النظافة الشخصية للطالب				الالتزام باللبس الشرعي		وجداني					

الأسبوع رقم: ٥		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة قدم	تغطية الزميل	مهاري	ان يؤدي الطالب مهارة تغطية الزميل		الأسلوب التعليمي	قدرة الطالب على اداء مهارة تغطية الزميل ان يذكر الطالب قياس ملعب كرة القدم ملاحظة التعاون و الاخلاق الرياضية بين الطلاب
		معرفي	ان يعرف الطالب اطوال ملعب كرة القدم			
		وجداني	ان يكتسب الطالب الثقة بالنفس			

الأسبوع رقم: ٦		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة قدم	الهجوم من العمق	مهاري	ان يؤدي الطالب مهارة الهجوم من العمق		الأسلوب التعليمي	قدرة الطالب على اداء مهارة الهجوم من العمق ان يطبق الطالب الهجوم العمق بشكل صحيح ملاحظة درجة تفاعل الطالب مع زملائه
		معرفي	ان يتعرف الطالب على مفهوم الهجوم من العمق			
		وجداني	التعاون مع الزملاء			

الأسبوع رقم: ٧		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة قدم	ممارسة تحكيم	مهاري	ان يؤدي الطالب ممارسة التحكيم		الأسلوب التعليمي	قدرة الطالب على التحكيم في المسابقات ان يطبق الطالب المواد و التحكيم بشكل صحيح ملاحظة دقة تطبيق و ردة فعل الزملاء
		معرفي	ان يتعرف الطالب على مفهوم المواد و التحكيم			
		وجداني	اكتساب التعامل مع الزملاء			

الأسبوع رقم: ٨		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة قدم	المواد القانونية المتعلقة في كرة القدم	مهاري	ان يؤدي الطالب الطريقة المثلى في التحكيم في كرة القدم		الأسلوب التعليمي	قدرة الطالب على تطبيق و تحكيم مسابقات في كرة القدم ان يطبق الطالب المواد القانونية بشكل صحيح ملاحظة درجة تفاعل الطالب مع المجموعة
		معرفي	ان يتعرف الطالب على مفهوم المواد القانونية في كرة القدم			
		وجداني	الانتماء الايجابي مع الطلاب			

الأسبوع رقم: ٩		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
العباب قوى	مفهوم القوة + الية العدو	مهاري	ان يؤدي الطالب القوة اثناء العدو			قدرة الطالب على بدل القوة اثناء العدو	
		معرفي	ان يعرف الطالب مفهوم القوة و الية العدو			ان يذكر الطالب مفهوم القوة و الية العدو	
		وجداني	ان يقدر الطالب قيمة تحمل المسؤولية			ملاحظة تحمل الطالب لاداء المسؤولية	

الأسبوع رقم: ١٠		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
العباب قوى	الية الجري	مهاري	ان يؤدي الطالب الجري السليم			قدرة الطالب على الجري السليم	
		معرفي	ان يعرف الطالب الطريقة الصحيحة للجري			ان يذكر الطالب ان يذكر الطالب الطريقة الصحيحة للجري	
		وجداني	ان يتعزز لدى الطالب الحماس			ملاحظة قوة المنافسة في الاداء	

الأسبوع رقم: ١١		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
العباب قوى	المشاركة في سباقات التتابع	مهاري	ان يؤدي الطالب مهارات التتابع بطريقة سليمة			قدرة الطالب على اداء مهارات التتابع	
		معرفي	ان يعرف الطالب مهارات التتابع بطريقة سليمة			ان يذكر الطالب مهارات التتابع	
		وجداني	ابداء الشعور بالرضا بعد اداء المهارة			ملاحظة رضى الطالب للاداء بعد المهارة	

الأسبوع رقم: ١٢		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
العباب قوى	انشطة عملية تعليمية و تطبيقية لدفع الكرة الحديدية + المواد القانونية	مهاري	ان يؤدي الطالب الطريقة الصحيحة لدفع الكرة الحديدية			قدرة الطالب على اداء مهارة دفع الكرة الحديدية	
		معرفي	ان يعرف الطالب الاداء الصحيح لدفع الكرة الحديدية + القانون			ان يذكر الطالب بعض قوانين دفع الكرة الحديدية	
		وجداني	ان يبذل الطالب الجهد في النشاط البدني			ملاحظة ما يبذله الطالب اثناء الاداء	

الأسبوع رقم: ١٣		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة الطائرة	الضربة	مهاري	ان يؤدي الطالب مهارة الضربة الساحقة الخاطفة			قدرة الطالب على اداء مهارة الضرب الساحق الخاطف	
	الساحقة	معرفي	ان يعرف الطالب مهارة الضربة الساحقة الخاطفة			يطبق الطالب الضرب الساحقة الخاطفة بشكل صحيح	
	الخاطفة	وجداني	ان يتعزز لدى الطالب قيمة الاداء بروح الفريق			ملاحظة اداء الطالب و مشاركته مع زملائه	

الأسبوع رقم: ١٤		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة طائرة	حائط الصد	مهاري	ان يؤدي الطالب مهارة الصد مع المجموعة			قدرة الطالب على اداء مهارة الصد الجماعي	
	الجماعي	معرفي	ان يعرف الطالب مفهوم حائط الصد الجماعي			تطبيق الطالب مهارة حائط الصد الجماعي بشكل صحيح	
		وجداني	ان تتعزز لدى الطالب اهمية النشاط البدني			ملاحظة اداء الطالب بطريقة صحيحة و سليمة	

الأسبوع رقم: ١٥		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة طائرة	ممارسة التحكيم	مهاري	ان يؤدي الطالب التحكيم بنفسه			قدرة الطالب على تحكيم المسابقات	
		معرفي	ان يعرف الطالب مفهوم ممارسة التحكيم			يطبق الطالب التحكيم بشكل صحيح	
		وجداني	تعزيز التواجد بين اقرانه بثقة			ملاحظة تعامله و تواجده مع زملائه	

الأسبوع رقم: ١٦		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: الثانوية	المستوى: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة طائرة	المواد القانونية المتعلقة في كرة الطائرة	مهاري	ان يؤدي الطالب الطريقة المثلى في تحكيم كرة الطائرة			قدرة الطالب على تحكيم مباريات في الكرة الطائرة	
		معرفي	ان يتعرف الطالب على عوامل الامن و السلامة بالملعب			ان يذكر الطالب المسافات الصحيحة للعوائق	
		وجداني	ان يدرك الطالب اهمية التعاون			ملاحظة الطالب مع زملائه	