**العام الدراسي الثاني 2020/2021 الصف :- ( العاشر )**

**المحور : الثقافة الرياضية والصحية**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **الفترة الزمنية** | **النتاجات العامة للمحور**  **ومحاورة الفرعية** | **استراتيجيات التدريس المقترحة** | **التقويم** | | **استراتيجيات التقويم**  **المقترحة** | **الملاحظات** |
| **الوسائل التوضيحية** | **الأدوات والأجهزة** |
| **الفصل الدراسي الثاني** | **النتاج العام :**  **توظيف المعارف والمعلومات الرياضية لإسعاف بعض الإصابات الرياضية**  **المحاور الفرعية :**   * **الاصابات الرياضية** * **الاغماء , نزيف الانف** * **الاخلاق الكريمة** * **التهيئة الاحناء** * **الجروح البسيطة, ضربة الشمس** * **الرضوض , الاعتزاز بالهوية الوطنية** * **اللياقة البدنية** | **استراتيجيات التدريس**  **( أساليب التدريس )**  **التدريس المباشر**  **التعلم من خلال النشاط**  **حل المشكلات** | **الوسائل التوضيحية :**  **الصور**  **رسومات**  **بطاقات**  **الأدوات والأجهزة :**  **ملعب**  **صافرة**  **نشرات**  **ابحاث**  **عروض**  **مطويات**  **استدعاء مختص** | | **استراتيجيات التقويم :**  **المعتمد على الاداء**  **قلم ورقة**  **الملاحظة**  **مراجعه الذات**  **أدوات التقويم :**  **الاختبار**  **قوائم الرصد**  **قوائم الشطب**  **سلم التقدير** |  |

**العام الدراسي الثاني 2020/2021 الصف :- (العاشر )**

**المحور : التمرينات واللياقة البدنية**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **الفترة الزمنية** | **النتاجات العامة للمحور**  **ومحاورة الفرعية** | **استراتيجيات التدريس المقترحة** | **التقويم** | | **استراتيجيات التقويم**  **المقترحة** | **الملاحظات** |
| **الوسائل التوضيحية** | **الأدوات والأجهزة** |
| **العام الدراسي الثاني** | **النتاج العام :**  **رفع مستوى الأداء المعرفي والبدني والمهاري وممارسة تمرينات وجمل حركية بادوات ودون ادوات تنمي اللياقة البدنية**  **المحاور الفرعية :**   * **تمرينات حرة بادوات ودون ادوات** * **تمرينات بنائية وجمل حركية** * **تمرينات تنمي عناصر اللياقة البدنية** * **تمرينات لتنمية المجموعات العضلية المختلفة** * **جمل حركية بادوات وبدون** * **تمرينات تدريب دائري** | **استراتيجيات التدريس**  **( أساليب التدريس )**  **التدريس المباشر( الامري )**  **العمل الجماعي ( التبادلي )**  **التعلم في مجموعات ( التعلم التعاوني الجماعي )**  **نظام الزماله**  **التعلم من خلال النشاط**  **( الألعاب )** | **الوسائل التوضيحية :**  **الصور**  **رسومات**  **بطاقات**  **الأدوات والأجهزة :**  **ملعب**  **صافرة**  **طبشور**  **كرات**  **حبال** | | **استراتيجيات التقويم :**  **المعتمد على الاداء**  **الملاحظة**  **مراجعه الذات**  **أدوات التقويم :**  **قوائم الرصد**  **قوائم الشطب**  **سلم التقدير** |  |

**الصف :- (العاشر )**

**المحور : العام الدراسي الثاني 2020/2021**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **الفترة الزمنية** | **النتاجات العامة للمحور**  **ومحاورة الفرعية** | **استراتيجيات التدريس المقترحة** | **التقويم** | | **استراتيجيات التقويم**  **المقترحة** | **الملاحظات** |
| **الوسائل التوضيحية** | **الأدوات والأجهزة** |
| **العام الدراسي الثاني** | **النتاج العام :**  **تنمية القدرات البدنية والمهارية باستخدام الحركات الارضية وعلى الاجهزة وفق المبادئ الميكانيكية للحركة**  **المحاور الفرعية :**   * **الشقلبة الجانبية على اليدين** * **الدورة الهوائية الخلفية المكورة من الوقوف** * **المرجحة بالجسم على المتوازي من وضع الارتكاز على العضدين** * **القفز داخلا فوق حصان القفز طويلا** * **الشقلبة الجانبية على اليدين مع ربع لفة** | **استراتيجيات التدريس**  **( أساليب التدريس )**  **التدريس المباشر**  **حل المشكلات**  **العمل الجماعي** | **الوسائل التوضيحية :**  **الصور**  **رسومات**  **بطاقات**  **الأدوات والأجهزة :**  **ملعب**  **صافرة**  **طبشور**  **فرشة جمباز** | | **استراتيجيات التقويم :**  **المعتمد على الاداء**  **الملاحظة**  **أدوات التقويم :**  **قوائم الشطب**  **سلم التقدير** |  |

**العام الدراسي الثاني 2020/2021 الصف :- (العاشر )**

**المحور : العاب قوى**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **الفترة الزمنية** | **النتاجات العامة للمحور**  **ومحاورة الفرعية** | **استراتيجيات التدريس المقترحة** | **التقويم** | | **استراتيجيات التقويم**  **المقترحة** | **الملاحظات** |
| **الوسائل التوضيحية** | **الأدوات والأجهزة** |
| **العام الدراسي الثاني** | **النتاج العام :**  **اداء مسابقات المضمار والميدان**  **تنمية المهارات الاساسية وممارستها عن طريق مسابقات تنافسية داخل المدرسة وخارجها**  **المحاور الفرعية :**   * **الوثب الطويل باستخدام الاجهزة لزيادة فترة الطيران** * **رمي الرمح** * **رمي القرص** * **مسابقة اللتابع 4x100م** | **استراتيجيات التدريس**  **( أساليب التدريس )**  **التدريس المباشر**  **العمل الجماعي**  **التعلم من خلال النشاط**  **حل المشكلات**  **العمل التعاوني** | **الوسائل التوضيحية :**  **الصور**  **رسومات**  **بطاقات**  **الأدوات والأجهزة :**  **ملعب**  **صافرة**  **طبشور**  **رمح**  **قرص**  **عصا تتابع** | | **استراتيجيات التقويم :**  **المعتمد على الاداء**  **الملاحظة**  **أدوات التقويم :**  **قوائم الشطب**  **سلم التقدير** |  |