****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور :كرة السلة الموضوع / المهارة :الارتكاز الامامي والارتكاز الخلفي رقم الدرس :1/ حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :العاشر الاساسي المهارات الحياتية :التركيز والانتباه الجيد**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **كرات السلة** **افلام فيديو****صافرة****انترنت****اقماع** | **الملاحظة****سلم التقدير العددي** **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر** **العمل الجماعي****التعلم من خلال النشاط** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية لمهارة الارتكاز الامامي والارتكاز الخلفي مع اداء نموذج من قبل المعلم.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- jيعرف النواحي الفنية للمهارة****- jؤدي الارتكاز الامامي والخلفي بصورة صحيحة****- ينتبه للمعلم في اثناء شرح المهارة** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- احتفاظ الطلاب بمسافة مناسبة بين القدمين لحفظ التوازن**

**2-التركيز على اختيار القدم الصحيحة للارتكاز**

**3-وضع ثقل الجسم على قدم الارتكاز**

 **4- مواجهة الظهر للخصم عند الارتكاز**

**5 –مسك الكرة في اثناء اداء الارتكاز بحيث تكون اقرب الى جسم اللاعب**

**6- حفز الطلاب الى الانتباه في اثناء الشرح**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور :كرة سلة الموضوع / المهارة : محاورة التنطيط المرتفعة والمنخفظة رقم الدرس :2/حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية :القدرة على اتخاذ القرار**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **كرات سلة****اقماع****فيلم فيديو****صافرة****انترنت** | **الملاحظة****سلم التقدير العددي** **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر** **العمل الجماعي****التعلم من خلال النشاط** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية مع اداء نموذج من قبل المعلم.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- يتعرف النواحي الفنية لاداء المهارة****- يحاور على نحو مرتفع ومنخفض بطريقة صحيحة** **تتثق بنفسها ولا يتردد في تنفيذ احد اشكال المحاورة** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- تذكير الطلاب بتوزيع النظر على الملعب واللاعبين اثناء المحاورة**

**2-تذكير الطلاب ان التنطيط في المحاورة المرتفعة يكون امام القدم الامامية**

**3-تذكير الطلاب ان التنطيط في المحاورة المنخفضة يكون قريب من القدم والجسم**

 **4- توجيه الطلاب الى وضع جسمه حاجزا بين الكرة والمنافس في التنطيط المنخفض**

**5 –اعطاء الطلاب فرصه تنفيذ المهارة باستخدام الذراعين**

**6- مراعاة المحاورة باليد البعيدة عن الخصم دائما**

**7- تشجيع الطلاب على اتخاذ القرار المتعلق باختيار نوع المحاورة واليد التي تقوم بذلك**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور :كرة سلة الموضوع / المهارة : التمرير من فوق الراس باليدين وبيد واحدة رقم الدرس :3/حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية : التعاون**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **كرات سلة****اقماع****فيلم فيديو****صافرة****انترنت** | **الملاحظة****سلم التقدير العددي** **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر** **العمل الجماعي****التعلم من خلال النشاط** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية التمرير من فوق الراس باليدين وبيد واحدة مع اداء نموذج من قبل المعلم.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- يتعرف النواحي الفنية للمهارة****- يطبق المهارة بصورة صحيحة****- يتعاون مع زملائه في اداء المهارة بصورة صحيحة** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- تنبيه الطلاب على دفع الكرة بالقوة المناسبة لتصل الى الهدف**

**2- استخدام الكرات الطبية في التمرينات لتقوية عضلات اليدين**

**3- تنبيه الطلاب لاستخدام هذه المهارة عندما يكون المنافس قريبا جدا من**

 **4- تذكير الطلاب ان الاحتفاظ بالكرة افضل من التمرير الخطأ**

**5 –توجيه الطلاب الى تطبيق الخداع بالبصر او الجسم عند التمرير**

**6- تشجيع الطلاب على التعاون فيما بينهم عند تطبيق المهارة**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور :كرة سلة الموضوع / المهارة :التصويب السلمي رقم الدرس :4/حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية :الاعتذار عند الخطأ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **كرات سلة****اقماع****فيلم فيديو****صافرة****انترنت** | **الملاحظة****سلم التقدير العددي** **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر** **العمل الجماعي****التعلم من خلال النشاط** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية مع اداء نموذج من قبل المعلم .****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- يتعرف النواحي الفنية للمهارة****- يؤدي المهارة بصورة صحيحة****- يعتذر عندما يخطئ بحق زملائه** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- اذا كان التصويب من جهة اليسار فانه يؤدي التصويب باليد اليسار**

**2- افضل نقطة لابتداء الوثبة تكون بعد حوالي 3م من السلة**

**3-دفع الكرة بمجرد ملامستها لاصابع اليد المصوبة**

 **4- يمكن استخدام أي من اليدين عندما يكون التصويب امام السلة**

**5 –تذكير الطلاب بالتركيز على دفع الارض بقوة والقفز عموديا لاعلى نقطة**

**6- يوجة الكرة اما لداخل الحلق مباشرة او جعلها تضرب باللوحة وترتد منها لداخل الحلق في حالة تنفيذ التصويب من الجانبين**

**7- يعتذر عند ارتكاب خطا بحق زملائه**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور :كرة سلة الموضوع / المهارة : ربط المهارات بعضها ببعض تدريبات جماعية ومنافسات رقم الدرس :1/حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية :**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **كرات سلة****اقماع****فيلم فيديو****صافرة****انترنت** | **الملاحظة****سلم التقدير العددي** **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر** **العمل الجماعي****التعلم من خلال النشاط** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية ربط المهارات بعضها ببعض تدريبات جماعية ومنافسات مع اداء نموذج من قبل المعلم.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- يستذكر المهارات التي تعلمها في الدروس السابقة****- يطبق المهارات التي تعلمها في الدروس السابقة****- يظهر اهتماما ومثابرة اثناء الاداء** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- تطبيق القانون اثناء اللعب وجعل الطلبة يقومون بدور الحكم والتحكيم اثناء اجراء المباريات التنافسية فيما بينهم**

**2- توزيع الطلاب على فريقين بصورة متكافئة**

**3-عمل نموذج للمهارة**

 **4- الحث على العمل بروح الفريق الواحد والتحلي بالاخلاق الرياضية في اثناء تنفيذ النشاط**

**5 –تاكيد مفهوم التنافس الشريف وعدم التركيز على الفوز فقط**

**6- تشجيع الطلاب على التعاون فيما بينهم لنجاح الاداء**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور :الريشة الطائرة الموضوع / المهارة :الارسال المرتفع رقم الدرس :1 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية :ضبط النفس والتحكم بالانفعالات**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **ريشة** **مضارب ريشة طائرة****صافرة****شبكة ريشة** | **الملاحظة** **سلم التقدير العددي** | **التدريس المباشر** **التدريبات والتمارين** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية للارسال المرتفع مع اداء نموذج من قبل المعلم.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **-يصف النواحي الفنية للارسال المرتفع****- التفريق بين ضربات التخليص الامامية والخلفية****- تقدير قيمة ضبط الانفعالات** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- التنبية على ان تصل الريشة للمكان الصحيح في الخلف وقريبا من خط النهاية**

**2-توضيح اهمية متابعة الحركة بعد اداء الضربة**

**3- التأكيد على ملامسة المضرب للريشة فوق الراس مع متابعة النظر للريشة**

 **4- الحث على التحكم بالانفعالات وضبط النفس عند تنفيذ المهارة**

**FROM # QF71-1-47rev.aظظ**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور :الريشة الطائرة الموضوع / المهارة الضربة المسقطة الامامية رقم الدرس :2 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية :تنمية صفة الحماس المقبول**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **ريشة** **مضارب ريشة طائرة****صافرة****شبكة ريشة** | **الملاحظة** **سلم التقدير**  | **التدريس المباشر** **العمل الجماعي** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفية للضربة المسقطة الامامية مع اداء نموذج من قبل المعلم****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- يصف النواحي الفنية ضربة المسقطة الامامية****- يطبق الضربات المسقطة الامامية****- يقبل على ممارسة النشاط بدرجة حماس مقبولة** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- التاكيد على الطلاب على ايصال الريشة للمكان الصحيح**

**2-اتذكير على الطلاب بمرجحة المضرب والذراع بشكل صحيح**

**3-التنبية على الطلاب بالمتابعة اثناء المرجحة الامامية للمضرب**

**4 – تشجيع الطلاب وتعزيزهم خلال تنفيذ النشاط .**

**5- تذكير الطلاب بوقفة الاستعداد الصحيحة لتطبيق المهارة**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور :الريشة الطائرة الموضوع / المهارة الضربة المقوسة رقم الدرس :3/ حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية : المحافظة على الادوات**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **فيديو****افلام فيديو****ريشة****صور****مضارب ريشة طائرة****صافرة****شبكة ريشة** | **الملاحظة** **قائمة الشطب**  | **التدريس المباشر****العمل الجماعي** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية ضربة المقوسة مع اداء نموذج من قبل المعلم.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تطبق القانون اثناء المنافسات****- تصف النواحي الفنية بما يتفق وقانون المهارات****- تحترم الانظمة وقوانين اللعبة** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1-التذكير بعدم ثني الرسغ كثيرا للامام في تنفيذ المهارة**

**2-التنبية على عدم استخدام القوة المبالغ فيها عند الضرب**

**3-ممارسة لعبة يطبق الطلاب فيها الضربة المقوسة**

 **4-الحث على المحافظة على ادوات المدرسة وممتلكاتها**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور :الريشة الطائرة الموضوع / المهارة : تدريبات جماعية ومنافسات رقم الدرس :3/ حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية :ادارة المشاعر / التعلم عن طريق النشاط**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **فيديو****افلام فيديو****ريشة****صور****مضارب ريشة طائرة****صافرة****شبكة ريشة** | **الملاحظة** **قائمة الشطب**  | **التدريس المباشر****التعلم عن طريق النشاط** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : اعادة شرح النواحي الفية للمهارات السابقة تعلمها مع اداء نموذج من قبل المعلم.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- يطبق امهارات التي تعلمها مع القانون للمهارات****- يصف النواحي الفنية بما يتفق وقانون المهارات****- يتقبل الفوز والخسارة بكل روح رياضية** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- شرح مبسط لقانون الريشة الطائرة للطلبة**

**2- تذكير الطلبة بالمهارات المراد تطبيقها**

**3- تصحيح الاخطاء الفردية ومقارنتها بالاداء الجيد**

 **4- تشجيع الطلبة اثناء المنافسة فيما بينهم**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة : المشي الايقاعي 1 رقم الدرس :1 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية : تذوق الجمال الحركي**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **الانترنت****افلام فيديو****صور****شريط(شبر ملون)****اقماع****اطواق** | **الملاحظة****قائمة الشطب** | **التدريس المباشر** **التعلم عن طريق النشاط** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية لمهارة المشي الايقاعي مع اداء نموذج من قبل المعلمة.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تيعرف انواعا مختلفة من المشي****- يؤدي انواع مختلفة من المشي مع مراعاة العلاقات الحركية المختلفة****- تقدر القيم الفنية والجمالية للاداء الحركي الايقاعي** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- استخدام الايقاع كالتصفيق او النقر على الاداة او موسيقى**

**2- التنويع في استخدام الادوات كالكرات الصغيرة او الاطواق او الشبر او الشريط**

**3-تعزيز المفاهيم الحركية لدى الطالبة من خلال التعامل مع الظروف المحيطة**

**4- تشجيع الطلاب على الاحساس بالاداء الحركي**

**5- تشجيع الطلاب على رسم تعابير على الوجه اثناء الاداء الحركي**

**6- توضيح انواع المشي وتقديم كل نوع باسمه الصحيح والتفريق في المراحل الفنية بينهما**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة : المشي الايقاعي 2 رقم الدرس :2 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية : تكوين علاقات اجتماعية**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **الانترنت****افلام فيديو****شريط(شبر ملون)****اطواق** | **الملاحظة****قائمة الشطب** | **التدريس المباشر** **التعلم التعاوني****التعلم عن طريق النشاط** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية لمهارة المشي الايقاعي مع اداء نموذج من قبل المعلمة.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تيعرف انواع الخطوات في المشي الايقاعي****- يؤدي خطوات المشي الايقاعي بمصاحبة الايقاع****- تنسجم مع زميلاتها اثناء الاداء الحركي** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- استخدام الايقاع كالتصفيق او النقر على الاداة او موسيقى**

**2- التنويع في استخدام الادوات كالكرات الصغيرة او الاطواق او الشبر او الشريط**

**3-تعزيز المفاهيم الحركية لدى الطالبة من خلال التعامل مع الظروف المحيطة**

**4- تشجيع الطلاب على الاحساس بالاداء الحركي**

**5- تشجيع الطلاب على رسم تعابير على الوجه اثناء الاداء الحركي**

**6- توضيح انواع المشي وتقديم كل نوع باسمه الصحيح والتفريق في المراحل الفنية بينهما**

**7- مراعاة اجراءات الامان والسلامة**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة : الوثب رقم الدرس :3 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية : الوقاية من الاصابات**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **صافرة****انترنت****افلام فيديو****عقل حائط****كرات صغيرة****اطواق****شبر****شال****مسجل** **كاسيت****مقاعد سويدية****صور توضيحية** | **الملاحظة****قائمة الشطب** | **حل المشكلات** **التعليم عن طريق النشاط****العمل الجماعي** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية لمهارة الوثب تمرينات جمالية مع اداء نموذج من قبل المعلمة.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تيعرف نواحي الاداء الفنية لانواع مختلفة من الوثبات الاساسية في التعبير الحركي والايقاعي****- يؤدي عدة وثبات من اوضاع الجسم المختلفة****- تحافظ على سلامتها وسلامة زميلاتها** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1-البدء بتعليم الوثبات من فوق موانع بسيطة مثل الحبال او الكرات الطبية للوصول الى الارتفاع المناسب**

**2-تعليم الارتقاء باستخدام النقر على بعض الادوات وفي حال التدريب بمصاحبة الموسيقى يراعى التشديد على توقيت الارتقاء**

**3-استخدام بعض الادوات المساعدة في تعليم الوثبات المختلفة كعقل الحائط او المتوازي مع مراهاة الا يستغرق الاداء باستخدام هذه الادوات وقتا طويلا**

**4- اعطاء فترات راحة كافية بعد اداء تمرينات الوثب لتاخير ظهور التعب وضمان الاداء الصحيح**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة : الحجل رقم الدرس :4 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية : التذوق الفني للاداء الحركي**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **الانترنت** **افلام فيديو****صور****اطواق****شال****شبر****كرات** | **الملاحظة****قائمة الشطب** | **التدريس المباشر** **العمل الجماعي** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية لمهارة الحجل مع ضم الرجلين مع اداء نموذج من قبل المعلمة.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تيعرف اداء انواع مختلفة من الحجل****- يؤدي مهارة الحجل باشكال مختلفة****- تستمتع اثناء الاداء الايقاعي** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- ملاحظة انسيابية الحركة ورشاقتها لدى الطالبة**

**2-استخدام الايقاع البسيط مثل التصفيق او النقر على اداة**

**3-مراعاة التكرار بما يتلاءم مع تثبيت المهارة وتطويرها**

**4- تشجيع الطلاب على الاستمتاع والتعبير عن مشاعرها اثناء اداء المهارة**

**5-مراعاة عوامل الامان والسلامة اثناء تطبيق المهارة**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025**

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة : تصميم جملة حركية رقم الدرس :5 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف : العاشر الاساسي المهارات الحياتية : تقدير التراث الثقافي**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **ادوات تراثية** **كاسيت اغاني وطنية****مسجل****فلم فيديو قصير** | **الملاحظة****قائمة الشطب** | **التعلم التعاوني****التعلم عن طريق النشاط** | **الجزء التمهيدي :الاحماء:****-جري حول الملعب – تمرينات** **(وقوف)مد الذراعين اماما /(وقوف)رفع الذراعين عاليا /(وقوف)رفع الذراعين جانبا (وقوف)الجري عكس الاشارة /(وقوف) الجري الارتدادي / (وقوف فتحا, الذراع اليمنى عاليا) ثني الذراعين عاليا بالتبادل. / (وقوف)لف الجذع للجانبين بالتبادل.****(وقوف,انثناء) تبادل دوران الكتفين اماما وخلفا. (وقوف,شبك الذراعين عاليا) ميل الجذع الى الجانبين بالتبادل /(وقوف,ثبات الوسط) الطعن اماما /(وقوف)ثني الرجل اليمنى خلفا باليد ورفع الذراع اليسرى عاليا /(وقوف نصفا) رفع الرجل اماما عاليا وشبك الذراعين****الجزء الرئيسي :****النشاط التعليمي : شرح النواحي الفنية لانشاء جمل حركية اداء نموذج من قبل المعلمة.****النشاط التطبيقي : توزيع الطلاب الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .****النشاط الختامي:****رجوع الطلاب للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تذكر بعض الادوات التي يمكن استخدامها في اداء الجملة الحركية****- يؤدي جملة حركية من تصميمها بايقاع وطني يعبر عن مناسبة اردنية باستخدام اداة تختارها بنفسها****- تقدر اهمية التراث الثقافي والفني**  |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- الاستعانة بعرض فيديو لجمل حركية وطنية شعبية**

**2-تجزئة الجملة الحركية الى اجزاء على ان تتدرب الطالبة على هذه الاجزاء كل على حدة ثم تقوم بالربط بينهما**

**3-تشجيع الطلاب على تصميم حركات جديدة والتدرب عليها**

**4- مساعدة الطلاب في تجهيز الادوات اللازمة لاداء الجملة الحركية الحركية**

**5-مراعاة ان يكون الجو العام السائد اثناء اداء الجملة الحركية ممتعا وامنا**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025 / الفصل الثاني**

**المحور :/ الثقافة الرياضية والصحية الموضوع: الرياضة الاردنية رقم الدرس :1 /حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف: العاشر الاساسي المهارات الحياتية :الولاء والانتماء الى القيادة والوطن**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **شبكة انترنت****افلام فيديو****صور****طبشور ملون****الواح****لاصق****اقلام****ورق مقوى** | **ِ الملاحظة****ِ قائمة الشطب**  | **التعلم التعاوني** **النقاش والحوار** | **- تقسم المعلم الطلاب الى مجموعات حسب المحافظات الاردنية او المناطق الاردنية بحيث يضمن التنوع في القدرات****- تقدم المعلم مجموعة اوراق عن مراحل تطور الرياضة الاردنية وتدونها على اللوح ثم تطرح بعض الاسئلة عن كل مرحلة ويطلب الى الطلاب كتابة الفرق بين المراحل ثم تناقش اجاباتهن****- نوضح المعلم للطالبات اهمية الرياضة الاردنية وتطورها والعوامل التي اثرت فيها بصورة ايجابية****- تذكر الطلاب بعض السلبيات التي قد تتعرض لها الحركة الرياضية في الاردن** **- تناقش المعلم الطلاب في مراحل تطور الرياضة الاردنية** | **- jيعرف اهم المبادئ التي تتسم بها الرياضة الاردنية****- يمارس انشطة رياضة تناسب ميوله ورغباته****- jسهم في اثراء الموضوع عن طريق المشاركة الفاعلة والنقاش الهادف** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- اشراك الطلاب جميعا في اللعبة**

**2- تشجيع الطلاب على الاصغاء الجيد والحوار والمناقشة الفاعلة**

**3- تحديد زمن البدء والانتهاء والانتهاء لكل فقرة**

**4- مساعدة مساعدة الطلاب على اكتساب السلوكات التي تعزز العمل الجماعي**

 **5- توزيع الطلاب على مجموعات للتنويع في قدراتهم**

**6- مراقبة المجموعات عن طريق التجول والاصغاء وتقويم الاداء عن طريق الملاحظة المستمرة**

**7- تدوين الاجابات الصحيحة على اللوح**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025 / الفصل الثاني**

**المحور :/ الثقافة الرياضية والصحية الموضوع: الهوية الوطنية رقم الدرس :2 /حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف: العاشر الاساسي المهارات الحياتية :الاعتزاز بالقيادة**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **صور للعائلة الهاشمية****شبكة انترنت****اقلام****افلام فيديو****ورق****لاصق** | **ِ الملاحظة****ِ قائمة الشطب**  | **العمل الجماعي** | **- تقسم المعلم الطلاب الى مجموعات ثم تعلق الصور على اللوح ثم تكلف كل مجموعة بالكتابة عن صورة معينة للعائلة الهاشمية والانجازات الرياضية التي حققها والرياضة المفضلة لديه ورئيس الاتحاد الذي يشرف على اللعبة التي يرعاها****- تدير المعلم نقاشا عن صور العائلة الهاشمية لاستنتاج دور الهاشميين في رعاية الرياضة الاردنية ودعمها وتطويرها والتركيز على الرياضة بوصفها خلقا نبيلا يجعل الفرد مواطنا نافعا لوطنه وممثلا له في المحافل الدولية****- تطلب المعلم الى كل مجموعة اعداد تقرير توضح فيها دور الهاشميين في دعم الحركة الرياضية****- تسال المعلم الطلاب عن موقف دعم العائلة الهاشمية للحركة الرياضية في الاردنلاكمال مسيرة الهاشمين** | **- تيعرف اثر القيادة الهاشمية في دعم الرياضة الاردنية****- تذكر اسماء بعض رؤساء الاتحادات الرياضية الاردنية****- تقدر دور القيادة الهاشمية في رعاية الرياضة الاردنية** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- توجيه الطلاب الى عمل بحث يبين دور القيادة الهاشمية في رعاية الرياضة الاردنية**

**2- عرض مقاطع فيديو تخص موضوع الدرس**

**3- تدوين الاجابات الصحيحة على اللوح**

**4- تشجيع الطلاب على الاصغاء الجيد والحوار والمناقشة الفاعله**

 **5- تحديد زمن البدء والانتهاء لكل فقرة**

**6- مساعدة الطلاب على اكتساب السلوكيات التي تعزز العمل الجماعي**

**7- مساعدة الطلاب على تحديد المراجع المطلوبة لاجراء البحث**

**FROM # QF71-1-47rev.a**

****

**خطة لدرس التربية الرياضية الفصل الدراسي الثاني 2024/2025 / الفصل الثاني**

**المحور :/ الثقافة الرياضية والصحية الموضوع: الانتظام في ممارسة النشاط الرياضي رقم الدرس :3 /حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف: العاشر الاساسي المهارات الحياتية :الوعي الصحي والرياضي**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **صور****شبكة انترنت****افلام فيديو****ورق****اقلام** | **ِ الملاحظة****ِقائمة الشطب**  | **التدريس المباشر** | **- تقدم المعلم نبذة عن اهمية ممارسة الرياضة واهدافها ويعرض امثله على ذلك****- تطلب المعلم الى كل طالبة كتابة ما يعرفه عن اهمية الرياضة وتذكر امثلة على ذلك ثم تناقش الطلبة في اجاباتهن****- توزع المعلم الطلاب في مجموعات ثم تطلب اليهم تحديد اهداف التربية الرياضية في المجالات المختلفة وكتابتهن ثم تناقش الجميع في اجاباتهن****- تطرح المعلم على الطلاب الاسئلة الاتيه:****من تمارس النشاط الرياضي ؟ ماذا تستفيد منه ؟ كيف يؤثر في جسمه وشخصه؟ ثم تناقش المعلم الطلاب في اجاباتهن وندون الصحيح منها على اللوح** | **- تعي اهمية الانتظام في ممارسة التربية الرياضية****- تشارك في النشاط المدرسي بفاعلة****تقدر الاثار الايجابية لممارسة الرياضة** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- اشراك الطلاب كافة في النشاط**

**2- تشجيع الطلاب على اللعب بروح رياضية**

**3- توجيه الطلاب الى اهمية الانتظام في ممارسة التربية الرياضية**

**4- عرض مقاطع فيديو تخص الدرس**

 **5- تدوين الاجابات الصحيحة على اللوح**

**6- تشجيع الطلاب على الاصغاء الجيد والحوار والمناقشة الفاعلة**

**7- تحديد زمن البدء والانتهاء لكل فقرة**

**8- مساعدة الطلاب على اكتساب السلوكات التي تعزز العمل الجماعي**

**FROM # QF71-1-47rev.a**



**التقييم الختامي لمحور الثقافة الرياضية والصحية**

**الصف : العاشر الاساسي التاسع الزمن من: / / الى : / /**

**استراتيجية التقويم : القلم والورقة اداة التقويم : الاختبار عدد الحصص : حصة واحدة**

**السؤال الاول :**

**ما اهم المبادئ التي تتسم بها الرياضة الاردنية ؟**

**السؤال الثاني:**

**وضح دور القيادة الهاشمية في رعاية الرياضة الاردنية وتطويرها ؟**

**السؤال الثالث:**

**ما الاثار الايجابية لممارسة الرياضة ؟**

**FROM # QF71-1-47rev.a**