****

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

**المحور :/ الثقافة الرياضية والصحية الموضوع:الالتزام بالقوانين والانظمة خلال اللعب رقم الدرس :1 /حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف: السادس الاساسي المهارات الحياتية :احترم القوانين والانظمة**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **ِ كرات** | **ِ الملاحظة**  **ِ سلم التقدير العددي** | **ِ التعلم عن طريق النشاط** | **-تختار المعلمة لعبة صغيرة ( التخلص من الكرة) بحيث تقوم المعلمة بتوضيح شروطها ومعايير الاداء فيها وتحدد منطقة اللعب**  **-توزع الطالبات بشكل مناسب ويبدأ اللعب مع الحرص على تعيين حكام من الطالبات يكون دورهن متابعة تطبيق المعلمة القوانين الخاصة باللعبة**  **-تعلن المعلمة عن الفائز بعد انتهاء اللعبة**  **-توجه اسئلة عن اهمية الالتزام بالقوانين خلال اللعب**  **- تستثير تفكير الطالبات من خلال طرح مواقف حدثت في اللعبة ومناقشتهن معا** | **-تتعرف اهمية الالتزام بالانظمة والقوانين خلال اللعب**  **-تطبق القوانين والانظمة خلال ممارسة النشاط الرياضي**  **- تحترم القوانين والانظمة خلال اللعب** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- تبادل الادوار بين الطالبات والحكام**

**2-مراعاة عوامل الامان والسلامة خلال اللعب**

**3-توجية الطالبات الى ضرورة الالتزام بقوانين اللعبة واحترام هذه القوانين**

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

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

****

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

**المدة الزمنية : الصف: السادس الاساسي المهارات الحياتية :يمارس الرياضة بانتظام**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **ِِ لا تحتاج الى الادوات** | **ِ الملاحظة**  **ِ سلم التقدير** | **ِ التعلم من خلال النشاط** | **تستعرض المعلمة عن الرياضة واثرها في صحة جسم الانسان مع عرض امثله من الواقع**  **-تسال المعلمة عمن تمارس الرياضة ومن لا تمارس الرياضة وتختار طالبة رياضية وطالبة لا تمارس الرياضة وتقوم باجراء سباق عدو 50م في الساحة مع تحديد البداية والنهاية وتعلن الفائز امام الطالبات**  **-تناقش مع الطالبات اسباب فوز الطالبة الممارس للرياضة بالسباق**  **- تكرر المعلمة السباق بين جميع الطالبات وتناقشهن بالنتائج وبأهمية الرياضة للجسم ودوافع ممارسة الرياضة .** | **-تتعرف تاثير الرياضة الايجابي على الصحة**  **- تمارس النشاط الرياضي للمحافظة على صحة جسمه**  **- تقدر اهمية الرياضة للصحة** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- التنويع في المسابقات بين الطالبات**

**2-تشجيع الطالبات على ممارسة النشاط الرياضي**

**3- عرض امثلة توضح اهمية الرياضة للصحة**

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

****

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

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

**المدة الزمنية : الصف: السادس الاساسي المهارات الحياتية :تنمية التفكير**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **ِ صور خاصة بالموضوع**  **ِ ورق**  **ِ اقلام** | **ِ الملاحظة**  **ِ قائمة الشطب** | **ِ التدريس المباشر** | **تقسم المعلمة الطالبات الى مجموعات ثم تعطي كل مجموعة صورة (مدرب تشرح خطتها للاعبين) وصورة (لاعبة تتدرب مع مدربه) ثم تطلب منهن توضيح ما يشاهدونه وتذكر الهدف منها.**  **-تستمع المعلمة الى المجموعات وتتناقش الجميع في محتوى الصور وتشرح المعلمة اثر التدريب والتنافس في المباريات في تنمية المهارات العقلية لدى الطالبات مثل مهارة التفكير وتذكر امثلة على ذلك**  **- تطلب من المجموعات توضح اثر تنمية مهارة التفكير على الطالبة وتناقشهن في اجاباتهن وتقدم خلاصة مفيدة** | **-تتعرف اهمية الرياضة في تنمية التفكير**  **- تمارس النشاط الرياضي لتنمية مهارات التفكير لديه**  **- تقدر دور الرياضة في تنمية التفكير لديه** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- مشاهدة مقطع فيديو لخطة تدريبية**

**2-تشجيع الطالبات على ممارسة الرياضة لتنمية مهارة التفكير لديهم**

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

****

**التقييم الختامي لمحور الثقافة الرياضية والصحية**

**الصف : السادس الاساسي الزمن من: / / الى : / /**

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

**السؤال الاول :**

**اشرح اهمية الرياضة للصحة؟**

**السؤال الثاني:**

**كيف تساهم الرياضة في تنمية مهارات التفكير لدى الطلبة ؟**

**السؤال الثالث:**

**ضع اشارة (√) امام العبارة الصحيحة واشارة ( ˟ ) امام العبارة الخاطئة :**

**1 – الالتزام احيانا بالانظمة والقوانين خلال اللعب ( )**

**2- امارس الرياضة حفاظا على صحتي ( )**

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

****

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

**المحور :كرة طائرة الموضوع / المهارة :الارسال من اعلى مواجه رقم الدرس :1 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية :التركيز والانتباه الجيدان**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **كرة طائرة**  **صافرة**  **شبكة** | **الملاحظة**  **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر**  **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 الارسال من اعلى المواجه مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تتعرف النواحي الفنية للمهارة.**  **. ترسل الكرة للاعلى من الامام بطريقة صحيحة**  **- تنتيه لشرح المهارة جيدا** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- تذكير الطالبات بضبط المسافة التي ترتفع اليها الكرة للاعلى بعد قذفها باليد**

**2-تنبيه الطالبات الى الامتداد الكامل للجسم والذراع اثناء الضرب**

**3-تشجيع على الاستفادة من قوة الذراع والجذع معا لزيادة قوة الضربة**

**4- تنبيه الطالبات الى التركيز والانتباه عند شرح او تصحيح الاخطاء للمهارة**

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

****

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

**المحور :كرة طائرة الموضوع / المهارة :التمرير الى الاعلى من الجانبين رقم الدرس :2 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية : التعاون وعمل الفريق/الاسهام في المجموعة**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **كرة طائرة**  **صافرة**  **شبكة** | **الملاحظة**  **سلم التقدير العددي** | **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 للتمرير من اعلى الى الجانبين( الاعداد ) مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- jتعرف النواحي الفنية للمهارة.**  **.jمرر الكرة من اعلى للجانبين بشكل صحيح**  **- تسهم في نجاح اداء التدريبات بشكل جماعي** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- تنبيه الطالبات الى الوقوف بشكل مريح**

**2-التذكير بعدم ثني الركبتين للداخل وبروز العجز للخلف**

**3-تجنب هبوط الذراعين لاسفل او مدهما للامام**

**4- تذكير الطالبات بمتابعة الكرة بالنظر اثناء اللعب**

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

****

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

**المحور :كرة طائرة الموضوع / المهارة : الاستقبال من الاسفل بيد واحدة رقم الدرس :3 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية :اتخاذ القرار**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **كرة طائرة**    **فرشة جمباز**  **صافرة**  **شبكة** | **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 الفنية لاستقبال الكرة من الاسفل بيد واحدة مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تتعرف النواحي الفنية للمهارة.**  **.تمرر الكرة من اسفل بيد واحدة بشكل صحيح**  **- تمتلك القدرة على اتخاذ القرار اثناء اداء المهارة** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- تنبيه الطالبات الى ضرورة النظر الى الكرة**

**2-التركيز على استقبال الكرة بالساعد او الكف المقبوض**

**3-تشجيع الطالبات على عمل دحرجة بعد الاستقبال الجانبي**

**4- التركيز على العودة لوقفة الاستعداد بسرعة بعد الدحرجة**

**5- تطبيق كل التدريبات التي تحتوى هبوطا او سقوطا على الارض على فرشة جمباز**

**6 – تعويد الطالبات على اتخاذ القرار المناسب الذي يتطلبه الموقف**

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

****

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

**المحور :كرة طائرة الموضوع / المهارة :ربط المهارات السابقة رقم الدرس :4 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية :الاصرار على الانجاز**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **كرة طائرة**  **صافرة**  **شبكة** | **الملاحظة**  **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر**  **التفكير الناقد** | **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 لربط المهارات التي تعلمها سابقا مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- jستذكر المهارات التي تعلمها سابقا**  **- jطبق المهارات التي تعلمها في الدروس السابقة**  **- تظهر الاصرار على انجاز المهارات بشكل صحيح** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- توزيع الطالبات الى فريقين بشكل مفاجئ**

**2-عمل نموذج للمهارة**

**3-تشجيع الطالبات على التعامل بروح الفريق الواحد والتحلي بالاخلاق الرياضية اثناء الاداء**

**4- التاكيد على اهمية التنافس الشريف وعلى الا يكون الفوز الهدف الوحيد**

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

****

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

**المحور :الريشة الطائرة الموضوع / المهارة :حركة القدمين رقم الدرس :1 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية : تنمية الثقة بالنفس**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **ريشة**  **مضارب ريشة طائرة**  **صافرة**  **شبكة ريشة** | **الملاحظة**  **سلم التقدير العددي** | **التدريس المباشر**  **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 لحركة القدمين مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **-تصف النواحي الفنية لاداء المهارة**  **- تطبق حركات القدمين بكافة الاتجاهات**  **- تثق بنفسها عند اداء المهارة امام زميلاتها** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- توضيح اهمية الحركات الصحيحة للقدمين**

**2-متابعة الطالبات الذين يسقطون عند الجري للخلف**

**3-التاكيد على بدء الحركة من الامشاط وليس العقبين**

**4- الحث على اداء المهارة بثقة عالية**

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

****

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

**المحور :الريشة الطائرة الموضوع / المهارة :الضربات المدفوعة الامامية والخلفية رقم الدرس :2 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس 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 الفنية للضربات المدفوعة الامامية والخلفية مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- jصف النواحي الفنية لانواع الضربات في الريشة الطائرة**  **- يطبق الضربات الامامية والضربات الخلفية**  **- jقبل على ممارسة النشاط بدرجة حماس مقبولة** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

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

**2-التنبيه على الطالبات بمرجحة المضرب والذراع بشكل صحيح**

**3-التنبيه على الطالبات بالمتابعة اثناء المرجحة الامامية للمضرب**

**4- تذكير الطالبات بوقفة الاستعداد الصحيحة لتطبيق المهارة**

**5 – تشجيع الطالبات خلال تنفيذ النشاط باستخدام كلمات مدح مناسبة**

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

****

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

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

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية :احترام الانظمة والقوانين**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **ريشة**  **مضارب ريشة طائرة**  **صافرة**  **شبكة ريشة** | **الملاحظة**  **سلم التقدير** | **التدريس المباشر**  **حل المشكلات** | **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 للمنافسات الفردية والتدريبات الجماعية مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات 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- شرح مبسط لقانون الريشة الطائرة للطلبة**

**2- تذكير الطالبات بالمهارات المراد تطبيقها**

**3- التنبيه على ضرورة ان تكون حركة القدمين صحيحة وسريعة**

**4- تشجيع الطالبات على اداء الضربات المدفوعة الامامية والخلفية بشكل صحيح**

**5- توضيح اهمية القوانين والانظمة وكيفية احترامها والالتزام بها**

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

****

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

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة :الحجل / على قدم واحدة رقم الدرس :1 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية : اتخاذ القرارات السليمة**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **صافرة**  **اكياس حبوب**  **طباشير ملونة او حبال**  **كرات صغيرة** | **الملاحظة**  **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر**  **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 للحجل على قدم واحدة مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تتعرف مهراة الحجل كاحدى المهارات الانتقالية**  **- تؤدي مهارة الحجل على قدم واحدة**  **- تشعر باهمية مهارة الحجل في تحقيق اللياقة البدنية** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- ملاحظة انتظام الزيادة في صعوبة الواجب الحركي**

**2-مراعاة التتابع في الربط بين مهارة الحجل وحركات الذراعين ومهارة الحجل والمهارات الانتقالية الاخرى**

**3-تعزيز مفهوم الاتجاهات لدى الطالبات من خلال حركة الجسم ككل او اداء حركات باحد اجزائه**

**4- المحافظة على اعتدال الراس والنظر للامام اثناء الحجل وميلان الجذع قليلا للامام**

**5-ارتداء حذاء رياضي ويفضل بساق طويلة وذي كعب اسفنجي لامتصاص الهبوط**

**6- مراعاة اجراءات الامان والسلامة**

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

****

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

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة :الثني والمد والتكور رقم الدرس :2/حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية :الابداع والابتكار**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **صافرة**  **فرشة جمباز** | **الملاحظة**  **سلم التقدير العددي** | **حل المشكلات**  **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 للثني والمد والتكور مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تتعرف حركات اساسية غير انتقالية( الثني والمد )**  **- تؤدي حركتي الثني والمد بمستويات مختلفة**  **- تؤمن بقدرتها على اعطاء اقترحات وبدائل جديدة لحركات الثني والمد** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- استخدام اسئلة تحفز الطالبات على التفكير**

**2-مساعدة الطالبات في معرفة اسماء المفاصل المختلفة في الجسم كالمرفق والركبة الرسغ .... الخ**

**3-توجيه الطالبات الى التفكير في الاتجاه الصحيح لسير الدرس**

**4- تقبل اجابات الطالبات مهما كانت وتعززها**

**5-تشجيع الطالبات على التعبير اللفظي والحركي**

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

****

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

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة :تطبيقات على المفاهيم الحركية رقم الدرس :3 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية :تكوين العلاقات الاجتماعية**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **صافرة**  **مقاعد سويدية**  **طباشير ملونة او حبال**  **كرات صغيرة** | **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 الفنية للمفاهيم الحركية مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تتعرف الطالبة مستويات الحركة الثلاث ( عال , متوسط , منخفض.**  **- تنتقل بواسطة المشي والحجل والجري من مستويات مختلفة**  **- تبدي تجاوبا في التعامل مع الزميلات** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- طرح الاسئلة التي تحفز الطالبات على التفكير وابتكار درجات للمستويات الثلاثة الاصلية**

**2- توجيه الطالبات ليكن حساسات اتجاه مشاعرهن المختلفة المرتبطة بتغيير المستوى ( أي المستويات الاكثر راحة)**

**3-تشجيع الطالبات على اكتشاف حركات مختلفة في مستويات مختلفة**

**4- تشجيع الطالبات على التعاون والتفاعل الايجابي فيما بينهن**

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

****

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

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

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية : احترام التغيرات الجسمية**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **صافرة**  **طباشير ملونة**  **اطواق** | **الملاحظة**  **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر**  **التعلم من خلال الانشطة** | **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 التزحلق مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تتعرف اداء مهارة التزحلق**  **- تؤدي مهارة التزحلق بشكل صحيح**  **- تحترم شكل جسمها والتغيرات التى تظهر عليه** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

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

**2- استخدام ايقاعات مختلفة مثل التصفيق او النقر على اداة او العد وغيرها**

**3- تشجيع الطالبة على الاعتداد بالذات فلا تخجل من جسمها**

**4- مراعاة التكرار بما يتلاءم مع تثبيت وتطوير المهارة**

**5-تشجيع الطالبة على التعبير عن مشاعرها اثناء اداء المهارة**

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

**7- تذكير الطالبات ببعض المهارات الانتقالية التي تم تعلمها سابقا وربطها بالمهارة الحالية**

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

****

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

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة :تطبيقات على المفاهيم الحركية/ الانتقال باتجاهات مختلفة رقم الدرس :5 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية :الثقة بالنفس والاعتماد على الذات**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **صافرة**  **طباشير**  **حبال** | **الملاحظة**  **سلم التقدير العددي** | **التدريس المباشر**  **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 للمفاهيم الحركية / الانتقال باتجاهات مختلفة مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تتعرف الاتجاهات الفرعية : زاوية / قطري ( قطرين للامام وقطرين للخلف )**  **- تؤدي المهارات الانتقالية المختلفة عبر الاتجاهات الثمانية**  **- تعتمد على نفسها فب انجاز الواجبات الحركية** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- مساعدة الطالبة على اكتشاف الفراغ العام والخاص والحساس به**

**2-اعطاء الوقت الكافي للطالبة لاكتشاف الاتجاهات المختلفة من خلال الحركة**

**3-استخدام العبارات والايحاءات المناسبة لمساعدة الطالبة على اكتشاف الاتجاهات المختلفة**

**4- استخدام المسميات الصحيحة للاتجاهات المختلفة**

**5-التركيز على الانسيابية والرشاقة وسرعة الاستجابة عند تغيير الاتجاه او المستوى او المسار**

**6- تمكين ربط موضوع الدرس بالاتجاهات الجغرافية : شمال وجنوب وشرق وغرب الشمال الشرقي والشمال الغربي والجنوب الشرقي والجنوب الغربي**

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

****

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

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة :تطبيقات على المفاهيم الحركية/الانتقالات بمسارات ارضية مختلفة رقم الدرس :6/حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية : حل المشكلات**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **صافرة**  **اكياس رمل**  **اقماع**  **كرات طبية** | **الملاحظة**  **سلم التقدير** | **التدريس المباشر**  **التعلم من خلال الانشطة** | **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 للمفاهيم الحركية/الانتقال بمسارات ارضية مختلفة مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تتعرف مفهوم المسارات الحركية**  **- تؤدي مهارات انتقالية بمسارات مختلفة**  **- تقدر اهمية وضع عدد من البدائل للوصول لحل مشكلة ما** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- تحفيز تفكير الطالبة بطرح الاسئلة المختلفةمثل : ما هي اقصر الطرق او المسارات للوصول منى جانب الملعب الى الجانب المقابل؟**

**2- مساعدة الطالبة على اكتشاف مسارات حركية لاجزاء الجسم ( الذراعين ,الرجلين,الجذع ) من خلال طرح اسئلة مثيرة للتفكير مثل : كم جزءا من اجزاء جسمك يمكن مرجحته؟هل يمكن مرجحة هذه الاجزاء في مسارات مختلفة؟**

**3-التزام الطالبات في مسار حركي معين حتى يتضح خط سير الحركة**

**4- نقل الطالبات تدريجيا من السير على اشكال مرسومة على الارض الى تشكيل مسارات مرسومة في ذهن الطالبة**

**5-تكن استخدام التدريب الدائري ( المحطات) في التدريب على المسارات**

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

****

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

**المحور : التعبير الحركي والايقاعي الموضوع / المهارة :تصميم واداء الجملة الحركية رقم الدرس :7 / حصة واحدة**

**المدة الزمنية : الصف :السادس الاساسي المهارات الحياتية :تقدير قيمة التراث الثقافي**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **مصادر التعلم والادوات** | **استراتيجيات التقويم** | **استراتيجية التدريس** | **الاجراءات** | **النتاجات الخاصة** |
| **فلم فيديو**  **ادوات تراثية**  **شريط تسجيل وطني**  **مسجل** | **الملاحظة**  **قائمة الشطب** | **التدريس المباشر**  **التعلم من خلال الانشطة** | **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 للجمل الحركية وكيفية تطبيقها مع اداء نموذج من قبل المعلمة.**  **النشاط التطبيقي : توزيع الطالبات الى مجموعات لتطبيق المهارة حسب الخطوات التعليمية المذكورة في الدليل .**  **النشاط الختامي:**  **رجوع الطالبات للوضع الطبيعي ( شهيق زفير ) او لعبة صغيرة للتهدئة الجسم .** | **- تذكير بعض الادوات التراثية التي يمكن استخدامها في الجمل الحركية الايقاعية**  **- تؤدي جملة حركية ايقاعية من تصميمها باستخدام اداة من التراث الاردني مثل : الدلة , المهباش , الغربال ... الخ**  **- تقدر اهمية التراث الثقافي والفني الاردني** |

**ارشادات خاصة بالدرس :**

**1- الاستعانة بعرض فيديولجمل حركية وطنية وشعبية سابقة**

**2-امكانية تجزئة الجملة الحركية الى اجزاءه بحيث تتدرب الطالبات على كل جزء بشكل مستقل عن الاخر ثم الربط بين هذه الاجزاء**

**3-تشجيع الطالبات على ابتكار جمل حركية جديدة والتدرب عليها**

**4- مساعدة الطالبات على استخدام اداوات تراثية (غربال / مهباش/ دلة ... الخ ) لاداء الجملة الحركية**

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

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