الخطة الفصلية لمادة العلوم العامة العام الأكاديمي 2024- 2025م

المستوى الثاني عشر أدبي

الفصل الدراسي الأول

الاسبوع	الوحدة	الدروس	الكفايات ومهارات القرن الحادي والعشرين	القيم والقضايا المشتركة	مكتسبات التعلم
الأسبوع الأول 2024/09/05 - 1	الأولى: العضلات وعلم الور اثة مجال/الأحياء	تهيئة الدرس 1-1: كيف تعمل العضلات(1) (أنواع العضلات) الدرس 1-1: كيف تعمل العضلات(2) (المجموعات العضلية) الدرس 1-1: كيف تعمل العضلات(3) (تعمل العضلات في أزواج)	التعاون والمشاركة اللغوية التواصل التفكير الإبداعي والناقد	الإيجابية والمثابرة الاحترام والتعاطف	- كتابة ملخص يوضح الفرق بين أنواع العضلات في الإنسان من حيث التركيب والوظيفة. - تصميم مخطط مفاهيمي موضح بالتعليقات لإظهاركيفية قيام العضلة ذات الرأسين والعضلة الثلاثية بتحريك عظام الذراع السفلى إلى الأعلى والأسفل *التنمية المستدامة: الصحة الجيدة والرفاه
الأسبوع الثاني 2024/9/12-8	الأولى: العضلات وعلم الور اثة مجال/ الأحياء	الدرس 1-1: كيف تعمل العضلات(4) (تركيب العضلة الهيكلية) الدرس 1-2: التدريب والور اثة (1) (ليف العضلة ذات الانقباض البطيء) الدرس 1-2: التدريب والور اثة (2) (الألياف العضلية ذات الانقباض السريع) الدرس 1-2: التدريب والور اثة (3) (تمرين العضلات)	التفكير الإبداعي والناقد التواصل التعاون والمشاركة	الإيجابية والمثابرة الاحترام والتعاطف	- العمل بإيجابية في مجموعات لبناء أسئلة حول الألياف العضلية ذات الانقباض البطيء والألياف العضلية ذات الانقباض السريع في جسم الإنسان. -عمل مقارنة بين آلية تحسين الألياف العضلية ذات الانقباض البطيء والألياف العضلية ذات الانقباض السريع ونوع التدريب المناسب لكل منهما. *التنمية المستدامة: الصحة الجيدة والرفاه

الأسبوع الثالث 2024/9/19-15	الأولى: العضلات وعلم الور اثة مجال/الأحياء	الدرس 1-2: التدريب والور اثة (4) (أهمية التدريب)	التعاون والمشاركة التفكير الإبداعي والناقد الاستقصاء والبحث اللغوية	الإيجابية والمثابرة القيم الإسلامية الحقوق والمسؤولية والنزاهة الشخصية	- إنشاء مناقشة صفية ويناقش الطلاب خلالها أهمية التدريب وتأثيره على العضلات وتحسين الأداء الرياضي *التنمية المستدامة: الصحة الجيدة والرفاه
		حل تدريبات الدرس 1-1+حل تدريبات الدرس 1-2+ تقويم الوحدة			
	الثانية: تأثير الرياضة مجال/ الأحياء	الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (1) (نموذج لكيفية عمل الرئتين)			
		الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (2) (الرئتان)			
الأسبوع الرابع 2024/9/26-22	الثانية: تأثير الرياضة مجال/ الأحياء	الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (3) (خلايا الدم الحمراء)	التعاون والمشاركة التفكير الإبداعي والناقد اللغوية العددية	الإيجابية والمثابرة الاحترام والتعاطف الحقوق والمسؤولية والنزاهة الشخصية	-العمل بإيجابية ضمن مجموعات وتقديم الطلاب تلخيصا للتأثير الرياضي والفوائد الرئيسية للتدريب على الرئتين والدم والقلب . - العمل ضمن مجموعات وصياغة أسئلة كتابية يستدل من خلالها على أسباب تدريب بعض الرياضيين في العديد من الألعاب الرياضية في المرتفعات *التنمية المستدامة: الصحة الجيدة والرفاه
		الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (4) (القلب)			
		الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (5) (فوائد التدريب)			
		الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (6) (الآثار الصحية للمرتفعات العالية)			

الأسبوع الخامس – 9/29 2024/10/03	الثانية: تأثير الرياضة مجال / الأحياء	الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (7) (التدريب على المرتفعات)	التعاون والمشاركة البحث والاستقصاء التفكير الإبداعي والناقد التواصل اللغوية	الإيجابية والمثابرة القيم الاسلامية الحقوق والمسؤولية والنزاهة الشخصية الأمن والسلامة	- العمل ضمن مجموعات وصياغة أسئلة كتابية يستدل من خلالها على المشاكل المتعلقة بالتدريب في المرتفعات و آثار استخدام الرياضيين لمنشطات الدم والإرثروبويتين ومناقشة الإجابات. *التنمية المستدامة: الصحة الجيدة والرفاه
		الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (8) (منشطات الدم والإرثروبويتين 1)			
		الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (9) (منشطات الدم والإرثروبويتين 2)			
		الدرس 2-1: الرياضة والرئتان والدم والقلب (9) - نشاط 2-1a هل ألعاب القوى جيدة للجسم			
الأسبوع السادس -06 2024/10/10	الثانية: تأثير الرياضة مجال/الأحياء	حل تدريبات الدرس 2-1		الإيجابية والمثابرة الاحترام والتعاطف القيم الإسلامية الأمن والسلامة	-
		حل تدريبات الوحدة الثانية			
	الثالثة: القوى في الألعاب الرياضية المختلفة مجال/الفيزياء	الدرس 3-1: قوانين نيوتن (1) القوى المؤثرة في صاروخ بسيط – القوى		الإيجابية والمثابرة تقدير العلماء	- العمل في مجموعات بإيجابية لابتكارو اقتراح تطبيقات على قوانين نيوتن في الحركة. *التنمية المستدامة: الصناعة والابتكاروالهياكل الأساسية
		الدرس 3-1: قوانين نيوتن (2) الوزن ومخطط الجسم الحر			

الأسبوع السابع 2024/10/17-13	الثالثة: القوى في الألعاب الرياضية المختلفة مجال/الفيزياء	الدرس 3-1: قوانين نيوتن (3) القانون الأول لنيوتن في الحركة	البحث والاستقصاء حل المشكلات التفكير الناقد والابداعي الكفاية العددية	الإيجابية و المثابرة تقدير العلماء	- العمل في مجموعات بإيجابية لابتكار و اقتراح تطبيقات على قوانين نيوتن في الحركة . *التنمية المستدامة: الصناعة والابتكار والهياكل الأساسية
		الدرس 3-1: قوانين نيوتن (4) القانون الثاني لنيوتن في الحركة			
		الدرس 3-1: قوانين نيوتن (5) القانون الثالث لنيوتن في الحركة			
		الدرس 3-1: قوانين نيوتن (6) مراجعة الدرس 3-1			
الأسبوع الثامن 2024/10/24-20	الثالثة: القوى في الألعاب الرياضية المختلفة مجال/الفيزياء	حل تدريبات الدرس 3-1	حل المشكلات التفكير الناقد والابداعي الكفاية العددية	الإيجابية والمثابرة الحقوق والمسؤولية والنزاهة الشخصية تقدير العلماء	-تصميم و ابتكار الطلاب لملابس وأدوات رياضية تقلل من الاحتكاك أثناء ممارسة النشاط الرياضي. *التنمية المستدامة: الصناعة والابتكار والهياكل الأساسية
		الدرس 3-2: الاحتكاك (1) الاحتكاك – الاحتكاك الإنزلاقي			
		الدرس 3-2: الاحتكاك (2) المزيد من قوى الاحتكاك			
		الدرس 3-2: الاحتكاك (3) احتكاك المائع			
الأسبوع التاسع 2024/10/31-27	إجازة منتصف الفصل الدراسي الأول				

الأسبوع العاشر 2024/11/7-3	الثالثة: القوى في الألعاب الرياضية المختلفة مجال/الفيزياء	حل تدريبات الدرس 3-2	التعاون والمشاركة التواصل حل المشكلات الاستقصاء والبحث الكفاية العددية التفكير الناقد والإبداعي	الإيجابية والمثابرة الحقوق والمسؤولية والنزاهة الشخصية الأمن والسلامة	تصميم مخطط مفاهيمي لأدوات الألعاب الرياضية، ووظائفها الرئيسة.
	الرابعة: المواد في تكنولوجيا الرياضة مجال/الكيمياء	الدرس 4-1 :أدوات الألعاب الرياضية (1) معامل الارتداد 1			
		الدرس 4-1 :أدوات الألعاب الرياضية (2) معامل الارتداد 2			
		الدرس 4-1 أدوات الألعاب الرياضية (3) قوس الرماية			
الأسبوع الحادي عشر 2024/11/14-10	الرابعة: المواد في تكنولوجيا الرياضة مجال/الكيمياء	الدرس 4-1: أدوات الألعاب الرياضية(4) القفز بالزانة	التعاون والمشاركة التواصل حل المشكلات الاستقصاء والبحث	الإيجابية والمثابرة الحقوق والمسؤولية والنزاهة الشخصية الأمن والسلامة	كتابة ملخص يوضح تطور تصنيع أدوات الألعاب الرياضية و أثر ذلك على تحسين الأداء. *التنمية المستدامة: الصناعة والابتكار والهياكل الأساسية
		الدرس 4-1: أدوات الألعاب الرياضية (5) الرمح			
		الدرس 4-1: أدوات الألعاب الرياضية (6) مضارب التنس			
		الدرس 4-1 :أدوات الألعاب الرياضية (7) أحذية الرياضيين			

الأسبوع الثاني عشر 2024/11/21-17	الرابعة: المواد في تكنولوجيا الرياضة	الدرس 4-1 أدوات الألعاب الرياضية (8) بدلات الألعاب الرياضية	التعاون والمشاركة التواصل حل المشكلات الاستقصاء والبحث	الإيجابية والمثابرة الحقوق والمسؤولية والنزاهة الشخصية الأمن والسلامة	-عمل مناظرة بين فريقين حول أثر استخدام المواد المركبة في تحسين خصائص أدوات ومعدات الألعاب الرياضية. *التنمية المستدامة: الصناعة والابتكار والهياكل الأساسية
		الدرس 4-1: أدوات الألعاب الرياضية (9) أدوات الحماية في الألعاب الرياضية.			
		حل تدريبات الدرس 4-1			
		الدرس 4-2 :المواد المركبة في الألعاب الرياضية (1) اصنع مادة مركبة+ المواد المركبة			
الأسبوع الثالث عشر 2024/11/28-24	الرابعة: المواد في تكنولوجيا الرياضة	الدرس 4-2 :المواد المركبة في الألعاب الرياضية (2) الكربون وألياف الكربون والتطبيقات		الإيجابية والمثابرة الأمن والسلامة	كتابة ملخص يوضح أمثلة على منتجات واستخدامات خيوط الكيفلار وأهميتها.
		الدرس 4-2 :المواد المركبة في الألعاب الرياضية (3) الكفلار+ مستقبل المواد المركبة			
		حل تدريبات الدرس 4-2			
		اختبار تجريبي نهاية الفصل الدراسي الأول			
الأسبوع الرابع عشر 2024/12/5-1	مراجعة اختبارات نهاية الفصل الأول 1				
	مراجعة اختبارات نهاية الفصل الأول 2				
	مراجعة اختبارات نهاية الفصل الأول 3				
	مراجعة اختبارات نهاية الفصل الأول 4				
اختبارات نهاية الفصل الدراسي الأول 2024-2025 (2024/12/17- 12/8)					
إجازة منتصف العام الأكاديمي 2024-2025 (2025/1/2- 2024/12/22)					
بداية الفصل الدراسي الثاني – دوام المعلمين 2025/1/5					

بداية الفصل الدراسي الثاني – دوام الطلبة 2025/1/6

الموضوعات الإثرائية:

اسم ورقم الوحدة	اسم الدرس	الموضوعات والصفحات الإثرائية
الوحدة الأولى (العضلات وعلم الوراثة)	الدرس 1-1 كيف تعمل العضلات	* صفحة 3+4 -هل يشبه جسم الإنسان الآلة؟ - كيف تعمل العضلات.- مصدر طاقة العضلات - نشاط 1-1 نموذج انقباض العضلة- العضلات والجهاز العصبي
	الدرس 1-2 التدريب والوراثة	*صفحة 15 - المارا ثون والأداء.-الجينات- الأليلات.- وراثة النسل.- نشاط 1-2-إضاءة على عالم صفحة26
الوحدة الثانية (تأثير الرياضة)	الدرس 2-1 الرياضة والرئتان والدم والقلب	صفحة 33+34
الوحدة الثالثة (القوى في الألعاب الرياضية المختلفة)	الدرس 3-1 قوانين نيوتن	-نشاط 3-1 عرض قوانين نيوتن
	الدرس 3-2 الاحتكاك	-السحب -استخدام احتكاك المائع -نشاط 3-2 (الاحتكاك في أنواع الرياضة)
الوحدة الرابعة (المواد في تكنولوجيا الرياضة)	الدرس 4-1 أدوات الألعاب الرياضية	-نشاط b1-4 (المواد الجديدة في الألعاب الرياضية)
	الدرس 4-2 المواد المركبة في الألعاب الرياضية	- الشكل 18-4 (اختبار انحناء المواد) - نشاط a2-4 (صنع مادة مركبة بسيطة) - نشاط b2-4 (تجارة تسويق المواد المركبة) - الراتنج