

تم تحميل الملف
من موقع حلول



حلول
الحلول اون لاين

hulul.online

حلول الكتب - اختبارات الكترونية . مراجعات وتدريبات
والمزيد من الملفات التعليمية للمناهج السعودية

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	الصحة واللياقة البدنية				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2		3	
الأهداف السلوكية	المهاري		المعرفي		الوجداني
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم الأدوات والأجهزة		انتشار حر
أساليب التعليم المباشرة			أساليب التعليم غير المباشرة		
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
					X
الإحماء	الجري حول الملعب		ألعاب صغيرة ومسابقات		التدريب الدائري
ما ينبغي ملاحظته	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنياً لأداء الجري في المنحني .			
	3	توضيح إن الجلوس في الوضع الصحيح والتعود عليه يؤدي إلى صحة القوام وسلامته.			
	4				
	5				
التقدم بالخبرة	الإخراج		اجراءات الخبرة التعليمية		
	التعلم التعاوني □ النقاش والحوار □ التفكير الناقد □ حل المشكلات □ الاكتشاف □ التلقين		اولاً : تبيين الأوضاع الصحيحة للجلوس وثانياً : الأوضاع الصحيحة لرفع الأشياء وأهميتها لسلامة القوام ثالثاً : اللياقة القلبية التنفسية رابعاً : التفسير المناسب لتعرق الجسم أثناء المجهود البدني خامساً : أهمية تعويض السوائل أثناء المجهود البدني		
	الاستفادة من المواقف		ان يتعرف التلميذ على الأوضاع الصحيحة للجلوس وأهميتها لسلامة القوام. ان يتعرف التلميذ على الأوضاع الصحيحة لرفع الأشياء وأهميتها لسلامة القوام. ان يتعزز لدى التلميذ إدراك التفسير المبسط لتعرق الجسم أثناء المجهود البدني.		
أنشطة تعزز الخبرة	ان يمارس التلميذ تدريباً بدنياً ينمي عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.				
مهام	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقاً				

منزلية

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التفويج

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	اللياقة المرتبطة بالصحة				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2		3	
الأهداف السلوكية	المهاري		المعرفي		الوجداني
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم		انتشار حر
أساليب التعليم المباشرة		أساليب التعليم غير المباشرة			
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
X					X
الإحماء	الجري حول الملعب		ألعاب صغيرة ومسابقات		التدريب الدائري
ما ينبغي ملاحظته	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنياً لأداء الجري في المنحني .			
	3				
	4				
	5				
التقدم بالخبرة	الإخراج		ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		
	الإجراءات التعليمية		ان يمارس التلميذ تدريباً بدنياً ينمي اللياقة القلبية التنفسية. ان يمارس التلميذ تدريباً بدنياً ينمي القوة والتحمل العضلي. ان يمارس التلميذ تدريباً بدنياً ينمي المرونة. ان يتعزز لدى التلميذ إدراك التفسير المبسط لتعرق الجسم أثناء المجهود البدني.		
	الإخراج		<input type="checkbox"/> التعلم التعاوني <input type="checkbox"/> النقاش والحوار <input type="checkbox"/> التفكير الناقد <input type="checkbox"/> حل المشكلات <input type="checkbox"/> الاكتشاف <input type="checkbox"/> التلقين		
الاستفادة من المواقف	مفاصل الجسم للعمل القلبية التنفسية العضلي		تبدأ أنشطة الخبرة بعمل بعض أنشطة الإحماء وتهيئة ممارسة تدريبات اللياقة ممارسة تدريبات لتنمية القوة والتحمل العضلي		
أنشطة تعزز الخبرة	ان يمارس التلميذ تدريباً بدنياً ينمي عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.				
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقاً				

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	العاب القوى				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2	3		
الأهداف السلوكية	المهاري		المعرفي	الوجداني	
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم	انتشار حر	
			الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة			أساليب التعليم غير المباشرة		
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
X					X
الإحماء	الجري حول الملعب		ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري	الانتشار الحر
ما ينبغي ملاحظته	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .			
	3				
	4				
	5				
التقدم بالخبرة	الإخراج		اجراءات الخبرة التعليمية		
	ملاحظة المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظة المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		اولا : البدء العالي ثانيا : الجري ثالثا : الوثب الطويل(بطريقة القرفصاء أ - الاقتراب ب - الارتفاع ج - الطيران د - الهبوط		
	ان يؤدي التلميذ الوضع الصحيح للبدء العالي. ان يؤدي التلميذ الوثب الطويل بطريقة القرفصاء. ان يتعرف التلميذ على الأخطاء القانونية في الوثب الطويل. ان يظهر التلميذ شجاعة لتجاوز الصعوبات أثناء أدائه للوثب الطويل.		<input type="checkbox"/> التعلم التعاوني <input type="checkbox"/> النقاش والحوار <input type="checkbox"/> التفكير الناقد <input type="checkbox"/> حل المشكلات <input type="checkbox"/> الاكتشاف <input type="checkbox"/> التلقين		
انشطة تعزز الخبرة		في الوقت المتبقي من الحصة أثري معلومات الطلاب بالمعلومات المهمة من حياتنا والمرتبطة بالدرس.			
أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا					مهام منزلية

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	الوثب الطويل بطريقة (القرفصاء)				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2	3		
الأهداف السلوكية	المهاري		المعرفي	الوجداني	
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم	انتشار حر	
			الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة			أساليب التعليم غير المباشرة		
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
X					X
الإحماء	الجري حول الملعب		ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري	الانتشار الحر
			أخرى :		
ما ينبغي ملاحظته	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .			
	3				
	4				
	5				
اجراءات الخبرة التعليمية		الإخراج			
<p>لمارسة هذه الخبرة يجب من توافر بعض الادوات مثل ملعب صغير يتسع حوالي 10 × 10 متر وبعض المراتب الاسفنجية وبعض الاطواق لتحديد مكان الوقوف</p> <p>اقوم بممارسة الوثب و الجري امام التلاميذ وتبين للتلاميذ اماكن الوقوف او الاستعداد ومن ثما وقوف كل تلميذ في المكان المخصص له واطلب من التلاميذ الواقفين الجري الى المكان المخصص للهبوط بعد الخط بمسافة مع مراعاة القوة في الجري والوثب ثم اقوم بطرح بعض التساؤلات على التلاميذ أيهما أفضل الارتقاء بقدمين أم بقدم واحدة؟...</p> <p>وان الوثب بالارتقاء على قدم واحدة يعطي حرية أكثر للوثب... كما أنه يعطي فرصة أكبر لقطع مسافة أكثر من الارتقاء بالقدمين في حال إتقان أداء المهارة يمكن التقدم بالأداء من خلال ما يلي:</p> <p>- أداء المهارة مع قياس مسافة الهبوط لكل طالب ومحاولة تحسينها.</p> <p>- أداء الوثب من أوضاع مختلفة وفق مواصفات الأداء.</p> <p>- القيام بمقارنة الأداء مع النموذج الذي يتم عرضه.</p> <p>- ابتكار تدرجات متنوعة للمهارة.</p>		<p>التعلم التعاوني</p> <p>الناقاش والحوار</p> <p>التفكير الناقد</p> <p>حل المشكلات</p> <p>الاكتشاف</p> <p>التلقين</p>			
التنظيم بالخبرة		ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة			
الاستفادة من المواقف		ان يؤدي التلميذ الوضع الصحيح للبدء العالي.			
انشطة تعزز الخبرة		ان يؤدي التلميذ الوثب الطويل بطريقة القرفصاء.			
		ان يتعرف التلميذ على الأخطاء القانونية في الوثب الطويل.			
		ان يُظهر التلميذ شجاعة لتجاوز الصعوبات أثناء أدائه للوثب الطويل.			
		في الوقت المتبقي من الحصة أثري معلومات الطلاب بالمعلومات المهمة من حياتنا والمرتبطة بالدرس.			
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا				

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	الجمباز التربوي				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2		3	
الأهداف السلوكية	المهاري		المعرفي		الوجداني
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم		انتشار حر
			الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة			أساليب التعليم غير المباشرة		
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
X					X
الإحماء	الجري حول الملعب		ألعاب صغيرة ومسابقات		التدريب الدائري
ما ينبغي ملاحظته	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنياً لأداء الجري في المنحني .			
	3				
	4				
	5				
التقدم بالخبرة		الإخراج		اجراءات الخبرة التعليمية	
ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة				<p>التعرف على الاداء الصحيح للخبرات التعليمية في وحد الجمباز أولاً : الدرجة الامامية المتكورة ثانياً الدرجة الخلفية المتكورة رابعا الوقوف على الراس الميزان : من وضع الوقوف واستقامة الجذع يتم رفع الذراعين جانباً. 2 ميل الجسم للأمام مع رفع الرأس وأحد الرجلين خلفاً عالياً ببطء. 3 استمرار ميل الجسم للأمام إلى أن يصل إلى الوضع الأفقي مع تقوس منطقة أسفل الظهر قليلاً. 4 النظر أماماً عالياً مع رفع الرأس، واثناء الرقبة للخلف قليلاً. 5 تكون الرأس وقدم الرجل الحرة على مستوى واحد. 6 تكون رجل الارتكاز ممتدة كاملاً، والقدم بكاملها ملامسة للأرض. سادسا الاقتراب والارتقاء من على سلم الارتقاء</p>	
كيف تؤدي الدرجة الامامية المتكورة ؟		<input type="checkbox"/> التعلم التعاوني <input type="checkbox"/> النقاش والحوار <input type="checkbox"/> التفكير الناقد <input type="checkbox"/> حل المشكلات <input type="checkbox"/> الاكتشاف <input type="checkbox"/> التلقين			
كيف تؤدي مهارة الوقوف على الراس ؟					
ماذا تعرف على الميزان ؟					
انشطة تعزز الخبرة					
أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقاً					مهام منزلية

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	الدرجة الامامية المتكورة				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2		3	
الأهداف السلوكية	المهاري		المعرفي		الوجداني
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم		انتشار حر
			الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة			أساليب التعليم غير المباشرة		
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
X					X
الإحماء	الجري حول الملعب		ألعاب صغيرة ومسابقات		التدريب الدائري
ما ينبغي ملاحظته	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .			
	3				
	4				
	5				
التنظيم بالخبرة		الإخراج		اجراءات الخبرة التعليمية	
ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة				<p>البدا مع التلاميذ بمراجعة وحدة الجمباز وادراك الدرجة الامامية المتكورة على اساس انها كانت مهارة من مهارات الجمباز وجعل الطلاب تادية هذه المهارة من خلال ما تعلموه من الدرس السابق وبعدها اقوم بتاديتها امامهم والان سنقوم بأداء الدرجة الامامية المتكورة وفق الخطوات التالية :</p> <p>هناك عدة مراتب كل منكم يقف على طرف احد المرتبة الموجودة امامكم ينبغي أن يقف كل اثنين متقابلين أو وجهاً لوجه الآن سيتم أداء الدرجة الامامية المتكورة بشكل تبادلي بين كل طالبين، وفق ما هو مكتوب في بطاقة المهام هيا .. ابدأ .. جيد</p> <p>المرور على الطلاب والتأكد من صحة الاداء اختيار امهر الطلاب لتادية هذه المهارة امام زملائهم لحث الطلاب على اتقان هذه المهارة اداء عدة درجات متتالية من الطلاب جعل الاطلاب يبتكرون اوضاع جديدة للدرجة لجعل الامر سهل عليهم ومرن</p> <p>تشجيع الطلاب بشكل مستمر على الاداء المميز وجعل اطلاب يشجعون بعضهم بعضا</p> <p>ملاحظة راعي المحافظة على استمرار ضمّ رجليك وملامسة فخذيك للصدر خلال أداء وضع التكور.</p>	
الاستفادة من المواقف		<input type="checkbox"/> التعلم التعاوني <input type="checkbox"/> النقاش والحوار <input type="checkbox"/> التفكير الناقد <input type="checkbox"/> حل المشكلات <input type="checkbox"/> الاكتشاف <input type="checkbox"/> التلقين			
أنشطة تعزز الخبرة					
أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للطاقة المعدة مسبقا					
					مهام منزلية

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	كرة القدم للصغار				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2	3	الوجداني	
الأهداف	المهاري		المعرفي		الوجداني
السلوكية					
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم	انتشار حر	
			الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة			أساليب التعليم غير المباشرة		
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
X					X
الإحماء	الجري حول الملعب		ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري	الانتشار الحر
	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .			
ما ينبغي ملاحظته	3				
	4				
	5				
		الإجراءات الخبيرة التعليمية	الإخراج	التقدم بالخبرة	
		بدأ تنفيذ اللعبة وحث التلاميذ على حب اللعبة وتشجيعهم عليها والاشادة الى انها لعبة جماعية وتساعد على حب المشاركة بين اللاعبين بعضهم بعض ولممارسة هذه اللعبة يجب التدريب على بعض المهارات المناسبة للعبة مثل : أولاً : تمرير الكرة بوجه القدم الداخلي ثانياً الجري بالكرة بوجه القدم الامامي ثالثاً : كتم رابعاً : تصويب الكرة تلعب المباراة بين فريقين يتكون كل منهما بما لا يزيد عن أحد عشر لاعباً أحدهم حارس المرمى. لا يمكن بدء المباراة إذا كان عدد لاعبي أحد الفريقين يقل عن سبعة لاعبين	<input type="checkbox"/> التعلم التعاوني <input type="checkbox"/> النقاش والحوار <input type="checkbox"/> التفكير الناقد <input type="checkbox"/> حل المشكلات <input type="checkbox"/> الاكتشاف <input type="checkbox"/> التلقين	ملاحظة المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة	
				المتابعة والتصويب	
				أنشطة تعزز الخبرة	
مهام	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا				

منزلية

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	الجري بالكرة بوجه القدم				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2	3		
الأهداف السلوكية	المهاري		المعرفي	الوجداني	
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم	انتشار حر	
			الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة			أساليب التعليم غير المباشرة		
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
X					X
الإحماء	الجري حول الملعب		ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري	الانتشار الحر
			أخرى :		
ما ينبغي ملاحظته	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .			
	3				
	4				
	5				
التقدم بالخبرة	الإخراج		ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		
	الإجراءات التعليمية		<p>اجراء بعض التدريبات البدنية التي تتضمن الجري في اتجاهات وسرعات مختلفة للتأكد من إتقان الطلاب لها قبل البدء بتعليم خبرة الجري بالكرة بوجه القدم الأمامي اقوم بتقديم خبرة الجري بالكرة بوجه القدم الأمامي، والأهداف من تعليمها للطلاب</p> <p>في حال إتقان أداء المهارة يمكن التقدم بالأداء من خلال ما يلي:</p> <p>1 - أداء الجري بالكرة مع التقدم للأمام ثم التوقف وتغيير الاتجاه والاستمرار بالجري بالكرة.</p> <p>2- الجري بالكرة مع التقدم للأمام ثم تمريرها إلى الحائط واستقبالها مرة أخرى، ثم الاستمرار في الجري بالكرة.</p> <p>3- استلام الكرة من الزميل ثم الجري بها مع التقدم بها للأمام وتمريرها له. حتى اعزز الاستفادة من الموقف التعليمي يمكن أن يطلب من الطلاب المهام التالية:</p> <p>1- أداء الجري بالكرة من أوضاع مختلفة وفق مواصفات الأداء.</p> <p>2- القيام بمقارنة أدائهم مع مواصفات الأداء الصحيح لخبرة الجري بالكرة الموضح في بطاقة الوسيلة المعروضة أمامهم.</p> <p>3- ابتكار تدريبات متنوعة للخبرة.</p> <p>4- امتثال السلوك الإيجابي أثناء المشاركة في المنافسات.</p>		
	الإجراءات التعليمية		<p>التعلم التعاوني</p> <p>الناقاش والحوار</p> <p>التفكير الناقد</p> <p>حل المشكلات</p> <p>الاكتشاف</p> <p>التلقين</p>		
الاستفادة من المواقف			<p>كيف تجري بالكرة مع المحافظة على السرعة ؟</p> <p>ما هو الوقت الاصلي للمباراة ؟</p> <p>كيف تستخدم الالفاظ الحسنه فى تشجيع زملاءك ؟</p>		
أنشطة تعزز الخبرة					
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا				

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	الكرة الطائرة للصغار				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2	3	الوجداني	
الأهداف السلوكية	المعرفي				
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم	انتشار حر	
			الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة			أساليب التعليم غير المباشرة		
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
X					X
الإحماء	الجري حول الملعب	ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري	الانتشار الحر	أخرى :
ما ينبغي ملاحظته	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .			
	3				
	4				
	5				
اجراءات الخبرة التعليمية		الإخراج			
<p>البداية بممارسة هذه اللعبة الشيقة مع التلاميذ ولكن للبداية الفعلي يجب اتباع بعض المهارات التي تساعد في تعليم اللعبة بشكل اسرع اولاً : استقبال الكرة من الاسفل بالساعدين : تلاصق اليدين جنباً إلى جنب ويتجهان إلى أعلى مع امتداد سلاميات الأصابع وتلمس الكرة بالجزء العظمى من مؤخرة اليد قرب مفصل الرسغ. أو تتلاصق اليدين وجهاً لوجه مع امتداد الأصابع جميعها ماعدا الإبهامين اللذين ينتنجان للداخل قليلاً وتلمس الكرة سطح الإبهامين والسبابتين. عند ملامسة الكرة للساعدين يتم مد أجزاء الجسم لأعلى ودفع الكرة بالاتجاه المناسب بشكل قوي ثم العودة للوضع الأصلي استعداداً لاستقبال كرة أخرى. ثانياً الارسال المواجه من الاسفل : يقف الطالب خلف خط النهاية مواجه الشبكة، مع وضع إحدى القدمين للأمام والأخرى للخلف، والكرة على راحة اليد غير الضاربة أمام الرجل الأمامية. عند رمي اليد الحاملة للكرة لأعلى ووصولها لمستوى الكتف تقريباً، يمرج الطالب الذراع الضاربة مع ميل الجسم للأمام ويضرب الكرة باليد وهي متخذة شكل السطح الخارجي للكرة، أو تضرب بالسلاميات وهي منتنية لإعطائها قوة دافعة.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> التعلم التعاوني <input type="checkbox"/> النقاش والحوار <input type="checkbox"/> التفكير الناقد <input type="checkbox"/> حل المشكلات <input type="checkbox"/> الاكتشاف <input type="checkbox"/> التلقين 			
التنظيم بالخبرة		ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة			
الاستفادة من المواقف		المتابعة والتصويب			
أنشطة تعزز الخبرة					
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقاً				

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الاول	الصف	الرابع	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة	الارسل المواجه من الاسفل				
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس		من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ		
المتطلبات السابقة	1	2		3	
الأهداف السلوكية	المهاري		المعرفي		الوجداني
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		التنظيم		انتشار حر
			الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة			أساليب التعليم غير المباشرة		
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي	متعدد المستويات	الاكتشاف الموجه
X					X
الإحماء	الجري حول الملعب		ألعاب صغيرة ومسابقات		التدريب الدائري
ما ينبغي ملاحظته	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج			
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .			
	3				
	4				
	5				
اجراءات الخبرة التعليمية		الإخراج			
البدء في تعلم الخبرة واتباع بعض الارشادات 1- الوقوف خلف خط النهاية موجهاً للملعب. 2- وضع إحدى القدمين للأمام والأخرى للخلف، والكرة على راحة اليد غير الضاربة أمام الرجل الأمامية. 3- دفع اليد الحاملة للكرة لأعلى وفي مستوى ارتفاع الكتف. 4- مرجحة الذراع الضاربة مع ميل الجسم للأمام. 5- ضرب الكرة باليد وهي متخذة شكل السطح الخارجي للكرة أو تضرب بسلاميات اليد وهي منثنية لإعطائها قوة دافعة. في حال إتقان أداء الخبرة التعليمية يمكن التقدم بأدائها من خلال ما يلي: 1- أداء الإرسال المواجه من أسفل من أوضاع مختلفة وفق مواصفات الأداء الصحيح. 2- أداء الإرسال المواجه من أسفل لتقع الكرة في أماكن محددة بأرقام في الملعب المقابل. 3- ابتكار تدريبات متنوعة للخبرة التعليمية		التعلم التعاوني □ النقاش والحوار □ التفكير الناقد □ حل المشكلات □ الاكتشاف □ التلقين			
التقدم بالخبرة		ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة			
الاستفادة من المواقف		ما عدد لاعبي الفريق ؟ ما هو عدد نقاط الشوط في الكرة الطائرة ؟ هل يحتاج الفريق للفوز بمباراة في الكرة الطائرة الفوز بثلاثة أشواط ؟			
أنشطة تعزز الخبرة					
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا				

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الصف	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة			
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس	من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ	
المتطلبات السابقة	1	2	3
الأهداف السلوكية	المهاري المعرفي الوجداني		
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		
	التنظيم		انتشار حر
	الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة		أساليب التعليم غير المباشرة	
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي
X			
الاحماء	الجري حول الملعب	ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري
	1	أن يؤدي التلميذ إجماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج	
ما ينبغي ملاحظته	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .	
	3		
	4		
	5		
	الإخراج		اجراءات الخبرة التعليمية
التقدم بالخبرة	ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإجماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		
الاستفادة من المواقف	<input type="checkbox"/> التعلم التعاوني <input type="checkbox"/> النقاش والحوار <input type="checkbox"/> التفكير الناقد <input type="checkbox"/> حل المشكلات <input type="checkbox"/> الاكتشاف <input type="checkbox"/> التلقين		
أنشطة تعزز الخبرة			
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا		

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الصف	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة			
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس	من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ	
المتطلبات السابقة	1	2	3
الأهداف السلوكية	المهاري المعرفي الوجداني		
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		
	التنظيم الأدوات والأجهزة		
	انتشار حر		
الأمور	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي
X			X
الإحماء	الجري حول الملعب	ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري
	1	أن يؤدي التلميذ إجماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج	
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .	
	3		
	4		
	5		
	اجراءات الخبرة التعليمية		
	الإخراج		
التقدم بالخبرة	ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإجماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		
الاستفادة من المواقف			
أنشطة تعزز الخبرة			
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا		

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الصف	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة			
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس	من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ	
المتطلبات السابقة	1	2	3
الأهداف السلوكية	المهاري المعرفي الوجداني		
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		
	التنظيم		انتشار حر
	الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة		أساليب التعليم غير المباشرة	
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي
X			
الإحماء	الجري حول الملعب	ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري
	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج	
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .	
	3		
	4		
	5		
	الإخراج		اجراءات الخبرة التعليمية
التقدم بالخبرة	ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		
الاستفادة من المواقف			
أنشطة تعزز الخبرة			
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا		

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الصف	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة			
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس	من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ	
المتطلبات السابقة	1	2	3
الأهداف السلوكية	المهاري المعرفي الوجداني		
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		
	التنظيم		انتشار حر
	الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة		أساليب التعليم غير المباشرة	
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي
X			
الاحماء	الجري حول الملعب	ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري
	1	أن يؤدي التلميذ إجماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج	
ما ينبغي ملاحظته	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحنى .	
	3		
	4		
	5		
	الإخراج		اجراءات الخبرة التعليمية
التقدم بالخبرة	ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإجماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		
الاستفادة من المواقف			
أنشطة تعزز الخبرة			
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا		

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الصف	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة			
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس	من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ	
المتطلبات السابقة	1	2	3
الأهداف السلوكية	المهاري المعرفي الوجداني		
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		
	التنظيم		انتشار حر
	الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة		أساليب التعليم غير المباشرة	
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي
X			متعدد المستويات
			الاكتشاف الموجه
			الاكتشاف المتعدد
			حل المشكلات
			المبادرة
			الذاتي
الإحماء	الجري حول الملعب	ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري
	1	أن يؤدي التلميذ إجماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج	
ما ينبغي ملاحظته	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .	
	3		
	4		
	5		
	الإخراج		اجراءات الخبرة التعليمية
التقدم بالخبرة	ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإجماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		
الاستفادة من المواقف			
أنشطة تعزز الخبرة			
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا		

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الصف	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة			
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس	من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ	
المتطلبات السابقة	1	2	3
الأهداف السلوكية	المهاري المعرفي الوجداني		
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		
	التنظيم		انتشار حر
	الأدوات والأجهزة		
أساليب التعليم المباشرة		أساليب التعليم غير المباشرة	
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي
X			
الاحماء	الجري حول الملعب	ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري
	1	أن يؤدي التلميذ إجماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج	
ما ينبغي ملاحظته	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .	
	3		
	4		
	5		
	الإخراج		اجراءات الخبرة التعليمية
التقدم بالخبرة	ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإجماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		
الاستفادة من المواقف			
أنشطة تعزز الخبرة			
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا		

الانفعالي

المعرفي

المهاري

التقويم

تحضير درس التربية البدنية للعام الدراسي 14 هـ 14 هـ

الفصل الدراسي	الصف	رقم الوحدة	اسم الوحدة
اسم الخبرة			
عدد الدروس	تاريخ تنفيذ الدرس	من الأحد : / / 14 هـ إلى الخميس : / / 14 هـ	
المتطلبات السابقة	1	2	3
الأهداف السلوكية	المهاري المعرفي الوجداني		
المكان	ساحة مناسبة لتنفيذ الأنشطة مرسوم عليها خطوط متوازية لتحديد مسارات المشي		
	التنظيم		
	الأدوات والأجهزة		
	انتشار حر		
أساليب التعليم غير المباشرة			
الأمر	التدريبي	التبادلي	التوجيه الذاتي
X			
الاحماء	الجري حول الملعب	ألعاب صغيرة ومسابقات	التدريب الدائري
	1	أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري الجانبي والمتعرج	
	2	أن يؤدي التلميذ تمارين تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .	
	3		
	4		
	5		
	اجراءات الخبرة التعليمية		
	الإخراج		
التقدم بالخبرة	ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة		
الاستفادة من المواقف			
أنشطة تعزز الخبرة			
مهام منزلية	أسئلة من خلال بطاقة ترسل لولي الأمر (.....) الرجوع للبطاقة المعدة مسبقا		

الانفعالي	المعرفي	المهاري	التقويم