



التربية الفكرية
تحضير مادة التربية البدنية
المرحلة المتوسطة
الفصل الدراسي الأول

مادة التربية البدنية المرحلة المتوسطة

| م | التقديرات القبلية | | الأهداف التعليمية العامة |
|-------------|-------------------|------------|---|
| | موجود جزء منها | غير موجودة | |
| تحقيق الهدف | | | يكتب بالأرقام |
| 1 | | | تتعزز لديها تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني. |
| 2 | | | يتعزز لديها السلوك المؤدي إلى تحمل المسؤولية وتنمية القيادة. |
| 3 | | | يتعزز لديها السلوك المؤدي إلى احترام الفروق الفردية بين التلميذات. |
| 4 | | | تنمو لديها عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة. |
| 5 | | | تظهر قدراً من الكفاية عند أداء الأنشطة المقررة. |
| 6 | | | تتعرف على بعض المفاهيم الميكانيكية والصحية والفسولوجية المناسبة. |
| 7 | | | تتعرف على بعض الجوانب الفنية، والقانونية المهمة لممارسة الأنشطة المقررة، وتعزيزها. |
| 8 | | | تنمية القدرة الحركية عن طريق تطوير الذات. |
| 9 | | | المحافظة على القوام بقدر الإمكان، والتقليل من مخاطر التشوهات الجسمية الشائعة مثل الجلوس الصحيح على المقعد، المشي الصحيح، حمل الحقيبة المدرسية بطريقة صحيحة. |
| 10 | | | تأدية التلميذة للحركات الأساسية الانتقالية مثل: (المشي، الجري، التسلق)، والحركات غير الانتقالية مثل (الانتفاف، الدوران) بشكل مناسب وبقدر الاستطاعة. |
| 11 | | | المشاركة في تمثيل وتقليد الأدوار عن طريق الحركات التمثيلية. |
| 12 | | | تعويد التلميذة على بعض قواعد النظام والانضباط. |
| 13 | | | تقبل التلميذة الجو المدرسي المريح. |
| 14 | | | إكساب التلميذات عادات صحية سليمة تحافظ على القوام الجيد بقدر الاستطاعة. |
| 15 | | | إدخال الفرح والسرور على التلميذة نتيجة ممارستها للنشاط البدني. |
| 16 | | | احترام تعليمات وإرشادات المعلمة. |
| 17 | | | تكوين علاقات اجتماعية من خلال مجموعة اللعب. |
| 18 | | | ممارسة الألعاب أثناء وقت الفراغ خارج المدرسة. |
| 19 | | | المحافظة على الأدوات الرياضية، وممتلكات المدرسة بشكل عام. |

(بشكل صحيح = 90 % كحد أدنى) (بشكل مقبول = 70 % كحد أدنى) (بقدر الإمكان = 40 % كحد أدنى)
 معلم التلميذ (.....) المشرف المتابع (.....)

توزيع منهج مادة التربية البدنية المرحلة المتوسطة

| ملاحظات | الدروس | التاريخ | | الأسبوع |
|---------|---|------------------|-----------------|---------|
| | | إلى | من | |
| | التهيئة للدرس | الخميس 1441/1/6 | الأحد 1441/1/2 | 1 |
| | الوحدة/ قدم – درس كرة قدم (ضرب الكرة بالرأس من الوثب) | الخميس 1441/1/13 | الأحد 1441/1/9 | 2 |
| | الوحدة/ قدم – درس كرة قدم (التمريره الطويلة) | الخميس 1441/1/20 | الأحد 1441/1/16 | 3 |
| | الوحدة/ قدم – درس كرة قدم (امتصاص الكرة بالفخذ ثم التصويب) | الخميس 1441/1/27 | الأحد 1441/1/23 | 4 |
| | الوحدة/ قوى – درس ألعاب قوى (الوثب الطويل بطريقة التعليق في الهواء) | الخميس 1441/2/4 | الأحد 1441/1/30 | 5 |
| | الوحدة/ قوى – درس ألعاب قوى (جري المسافات المتوسطة) | الخميس 1441/2/11 | الأحد 1441/2/7 | 6 |
| | الوحدة/ قوى – درس ألعاب قوى (الوثب الطويل) | الخميس 1441/2/18 | الأحد 1441/2/14 | 7 |
| | الوحدة/ سلة – درس كرة سلة (الارتكاز الخلفي) | الخميس 1441/2/25 | الأحد 1441/2/21 | 8 |
| | الوحدة/ سلة – درس كرة سلة (التمريرة الخطافية) | الخميس 1441/3/3 | الأحد 1441/2/28 | 9 |
| | مراجعة على ما سبق | الخميس 1441/3/10 | الأحد 1441/3/6 | 10 |
| | الوحدة/ سلة – درس كرة سلة (التصويب من الوثب) | الخميس 1441/3/17 | الأحد 1441/3/13 | 11 |
| | الوحدة/ سلة – درس كرة سلة (التصويب من الوثب) | الخميس 1441/3/24 | الأحد 1441/3/20 | 12 |
| | الوحدة/ سلة – درس كرة سلة (يشارك في منافسة صغيرة) | الخميس 1441/4/1 | الأحد 1440/3/27 | 13 |
| | الوحدة/ سلة – درس كرة سلة (يشارك في منافسة صغيرة) | الخميس 1441/4/8 | الأحد 1440/4/4 | 14 |
| | مراجعة على ما سبق | الخميس 1441/4/15 | الأحد 1441/4/11 | 15 |
| | مراجعة عامة | الخميس 1441/4/22 | الأحد 1441/4/18 | 16 |
| | اختبارات | الخميس 1441/5/7 | الأحد 1441/4/25 | 18-17 |

الخطة التعليمية الفردية

| | | | |
|------------------|--|---------|---|
| المادة | التربية البدنية | الموضوع | الوحدة/ قدم – درس كرة قدم (ضرب الكرة بالرأس من الوثب) |
| الهدف قصير المدى | تقوم التلميذة بالمرجحة العمودية مع رفع العقبين في العدة الثالثة. | | |
| المدة | من | الى | |

| التقييم | | | | الأهداف السلوكية (التدريسية) | |
|---------|------|----------|------|------------------------------|--|
| يعاد | يعدل | لم يتحقق | تحقق | | أن تقوم التلميذة بتأدية ضرب الكرة بالرأس من الثبات بدقة. |
| يعاد | يعدل | لم يتحقق | تحقق | | أن تقوم التلميذة بإتقان زميلاتها أثناء أداء المهارة. |
| يعاد | يعدل | لم يتحقق | تحقق | | أن تقوم التلميذة بإحترام زميلاتها أثناء المنافسة. |

| طرق التدريس | العرض |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> التوجيه اللفظي <input type="checkbox"/> الحوار والنقاش <input type="checkbox"/> المحاكاة والنمذجة <input type="checkbox"/> القصص <input type="checkbox"/> التوجيه البدني <input type="checkbox"/> التمثيل <input type="checkbox"/> تحليل المهارة <input type="checkbox"/> التعلم باللعب <input type="checkbox"/> الخبرة المباشرة <input type="checkbox"/> أخرى: | <p>المقدمة والتمهيد : مجموعتان من اللاعبات يقفن أمام بعضهن. تبدأ اللاعبة الأولى في المجموعة ضرب الكرة بالرأس تعدد فيها لنفسها عالياً والوثب لأعلى ثم تجري خلف المجموعة وتستمر التمرين حتى نهاية المجموعة .. وهكذا</p> <p>عرض الدرس :</p> <p>الخطوات الفنية / 1- تضرب الكرة بالجبهة 2- يجب أن تكون العينين مفتوحتان</p> <p>3- يجب أن تضرب الكرة من منتصفها</p> <p>4- تثني الركبتان ويميل الجسم للخلف قبل ضرب الكرة 5- ترتفع الذراعان جانباً بخفة لحفظ التوازن</p> <p>الخطوات التطبيقية / 1- رمي الكرة عالياً فوق الرأس ثم محاولة ضربها بالجبهة 2-</p> <p>تنطيط الكرة بالرأس عدت مرات</p> <p>3- رمي الكرة نحو الحائط ثم ضربها بالرأس 4- رمي الكرة لزميلة عالياً لتضربها بالرأس نحو الزميلة مع تباعد المسافة بالتدرج</p> |

| التقويم النهائي للأهداف | أساليب التقييم | أساليب التعزيز | الوسائل التعليمية |
|-------------------------|--|---|---|
| لم يتقن | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ملاحظة الأداء <input type="checkbox"/> الإجابة المباشرة <input type="checkbox"/> المناقشة <input type="checkbox"/> تأدية التمارين <input type="checkbox"/> تصحيح الأخطاء <input type="checkbox"/> الاختبارات | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> لفظي <input type="checkbox"/> مادي <input type="checkbox"/> معنوي <input type="checkbox"/> غذائي <input type="checkbox"/> اجتماعي <input type="checkbox"/> رمزي | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> الوسائل السمعية <input type="checkbox"/> الوسائل البصرية <input type="checkbox"/> الوسائل الحسية <input type="checkbox"/> وسائل التقنية الحديثة <input type="checkbox"/> (الحاسب الآلي-السيبورة <input type="checkbox"/> الذكية جهاز <input type="checkbox"/> العرض) |

| الملاحظات | الواجب المنزلي |
|-----------|----------------|
| | |

| | |
|--|-------------------|
| | معلمة المادة: |
| | القائدة التربوية: |
| | المشرفة التربوية: |

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

يسر مؤسسة التحاضير الحديثة

www.mta.sa

أن تقدم لكم جميع ما يخص التربية الخاصة (الفكرية)



أنواع التحاضير

نموذج تحضير الوزارة

طباعة ملونة + السي دي = 100 ريال

طباعة أبيض وأسود + السي دي = 50 ريال

سي دي فقط = 20 ريال (للمادة الواحده)

جميع مرفقات السي دي عن طريق الايميل = 20 ريال

التوصيل في الرياض والخرج مجاناً

ولارسال الطلب عن طريق فيدكس المستعجل (24 ساعة) يضاف 50 ريال

لحجز طلبكم وتسجيل معلومات الإستلام:

إلكترونياً عن طريق الرابط

www.mta.sa/c

للشراء عن طريق الايميل

من هذا الرابط

www.mta.sa/c

وهنا أرقام حسابات المؤسسة للمعلمين

حسابات بنوك باسم : مؤسسة التحاضير الحديثة

=====

بنك الراجحي/233608010954856

آي بان الراجحي/SA5780000233608010954856

البنك الأهلي/27949172000110

آي بان الأهلي/SA0610000027949172000110

حسابات بنوك باسم: سعد عبدالرحمن العتيبي

=====

سامبا/8001852539

الرياض/2052558759940

اي بان الرياض /SA3520000002052558759940

بنك البلاد/900127883010006

اي بان بنك البلاد/SA4715000900127883010006

البنك السعودي للاستثمار/0101001926001

الجزيرة/030680161166001

اي بان بنك الجزيرة/SA6760100030680161166001

حسابات بنوك باسم : مؤسسة اوامر الشبكة

=====

حساب الانماء/68201042364000

اي بان الانماء/Sa3505000068201042364000

لطلب من المملكة يمكنكم التواصل مع الأرقام الجديدة والدائمة لنا علي الواتس

[966558396004](tel:966558396004)

[966558396119](tel:966558396119)



جوال وواتساب
التحاضير الحديثة

0558396004

0558396119