

خصم خاص  
للمدارس

مؤسسة التحضير الحديثة



**التربية البدنية "نسخه مجانية"**  
**للفصل الأول الابتدائي**  
للعام الدراسي ١٤٤٠ - ١٤٤١ هـ

بوابة المستقبل

لبناء أجيال الوطن



0555101754



نقوم بكتابة وادخال تحضير المستقبل  
علي حساباتكم في بوابة المستقبل

## الأسئلة الأكثر شيوعاً

### ما هو برنامج بوابة المستقبل ؟

أطلقت وزارة التعليم برنامج بوابة المستقبل للتحوّل نحو التعليم الرقمي، ولقد اتخذت من الطالب والعالم (وهم نواة العملية التعليمية) محوراً أساسياً في سعيها إلى خلق بيئة تعليمية جديدة تعتمد على التقنية في إيصال المعرفة إلى الطالب، وزيادة الحصيلة العلمية له، كما أنها تدعم تطوير قدرات المعلمين العلمية والتربوية.

### كيفية الدخول الى النظام ؟

عن طريق الموقع <https://fg.moe.gov.sa> والضغط على ايقونة تسجيل الدخول.

### ما هو اسم المستخدم وكلمة المرور الخاصة بي لتسجيل الدخول ؟

عن طريق استخدام اسم المستخدم وكلمة المرور الخاصة بك في نظام نور.

### في حال نسيت كلمة المرور، ماذا افعل ؟

يرجى التواصل مع الشخص المسؤول عن حسابك في نظام نور بمدركتكم ومن بعد تحديثها في نظام نور يمكنك من استخدام نفس البيانات لتسجيل الدخول الى بوابة المستقبل.

### ما هي الخدمات التي يقدمها برنامج بوابة المستقبل ؟

تقدم البوابة مجموعة من الخدمات التعليمية: نظام إدارة التعلم يتم من خلاله تقديم محتوى اثرائي تفاعلي للطلاب أيضاً يمكن للمعلم من رفع الواجبات المنزلية وأوراق العمل بالإضافة الى الاختبارات الالكترونية وبنك الأسئلة والخطة الفصلية و خدمة التواصل مع الطلاب وأولياء الأمور. أيضاً تقدم البوابة خدمة التحضير الالكتروني التي يتمكن المعلم من خلالها من تقديم تحضيره. ويمكن للمعلمين و الطلاب والإدارة المدرسية من الاطلاع على البرنامج الأسبوعي واليومي. و جدولة الفصول الافتراضية للطلاب. أيضاً تدعم البوابة نظام النقاط التنافسي خاص بالطلاب لقياس مدى التفاعل و الاستفادة من البوابة.

### ما هو الفرق بين بوابة المستقبل ونظام نور ؟

يوجد تكامل في الخدمات بين بوابة المستقبل و نظام نور حيث تستفيد البوابة من جميع المعلومات الموجودة في نظام نور من حيث معلومات المستخدمين ، ونظام نور هو خاص ببيانات المستخدمين والمدارس بينما بوابة المستقبل خاصة بالعملية التعليمية.

### كيف يمكن للإدارة المدرسية متابعة تقدم الطلاب و المعلمين ؟

يوجد هناك مجموعة من التقارير المخصصة للإدارة المدرسية تستطيع من خلالها متابعة حالة تقدم الطلاب و الاطلاع على جميع أعمال المعلمين و تقييمها. وتعطي هذه التقارير مؤشرات أداء واضحة لكل مستخدم داخل النظام.

### في حال واجهتني أية صعوبة في استخدام بعض خصائص البوابة، ماذا أفعل ؟

البوابة مجهزة بنظام دعم فني متكامل تتمثل في أدلة استخدام - ملفات فيديو تعليمية - نظام تذاكر و دعم فني - فريق دعم فني متواجد في المدارس ضمن فترات مجدولة.

### هل يتم الاستفادة من المواد التعليمية و أعمال المعلمين الحالية في السنوات القادمة ؟

بوابة المستقبل تدعم عملية الأرشفة التلقائية لجميع المواد التفاعلية التعليمية و بذلك يتمكن المعلمين من الاستفادة منها في السنوات القادمة حيث تشمل : (نماذج التحضير الالكتروني - الأنشطة التفاعلية من اختبارات الكترونية وواجبات منزلية وأوراق عمل). بحيث يقوم المعلمين بتحديد الأنشطة المطلوبة و عرضها مباشرة ضمن الخطة الدراسية الجديدة.

توزيع منهج مادة " التربية البدنية " الصف الاول الابتدائي للعام الدراسي ١٤٤٠ / ١٤٤١ هـ

الدروس	التاريخ		الإسبوع		
	إلى	من			
الاستعدادات والقياس القبلي لمستوي اللياقة البدنية	١٤٤١/١/٦ هـ ٢٠١٩/٩/٥ م	الخميس	١٤٤١/١/٢ هـ ٢٠١٩/٩/١ م	الأحد	١
الوقوف الصحيح + المشي الصحيح	١٤٤١/١/١٣ هـ ٢٠١٩/٩/١٢ م	الخميس	١٤٤١/١/٩ هـ ٢٠١٩/٩/٨ م	الأحد	٢
الاتزان المنخفض على القدم و الساق و الركبة و اليدين	١٤٤١/١/٢٠ هـ ٢٠١٩/٩/١٩ م	الخميس	١٤٤١/١/١٦ هـ ٢٠١٩/٩/١٥ م	الأحد	٣
مسك الكرة	١٤٤١/١/٢٧ هـ ٢٠١٩/٩/٢٦ م	الخميس	١٤٤١/١/٢٣ هـ ٢٠١٩/٩/٢٢ م	الأحد	٤
درجة الكرة باليدين من الثبات و الحركة	١٤٤١/٢/٤ هـ ٢٠١٩/١٠/٣ م	الخميس	١٤٤١/١/٣٠ هـ ٢٠١٩/٩/٢٩ م	الأحد	٥
الوعي بأجزاء الجسم أثناء الثبات و خلال الحركة	١٤٤١/٢/١١ هـ ٢٠١٩/١٠/١٠ م	الخميس	١٤٤١/٢/٧ هـ ٢٠١٩/١٠/٦ م	الأحد	٦
الجلوس الصحيح + الجري الصحيح	١٤٤١/٢/١٨ هـ ٢٠١٩/١٠/١٧ م	الخميس	١٤٤١/٢/١٤ هـ ٢٠١٩/١٠/١٣ م	الأحد	٧
الاتزان على القدم و الركبة و اليدين	١٤٤١/٢/٢٥ هـ ٢٠١٩/١٠/٢٤ م	الخميس	١٤٤١/٢/٢١ هـ ٢٠١٩/١٠/٢٠ م	الأحد	٨
درجة الكرة بيد واحدة من الثبات في جميع الاتجاهات	١٤٤١/٣/٣ هـ ٢٠١٩/١٠/٣١ م	الخميس	١٤٤١/٢/٢٨ هـ ٢٠١٩/١٠/٢٧ م	الأحد	٩
إدراك مسارات الحركة	١٤٤١/٣/١٠ هـ ٢٠١٩/١١/٧ م	الخميس	١٤٤١/٣/٦ هـ ٢٠١٩/١١/٣ م	الأحد	١٠
ألعاب و مسابقات صغيرة	١٤٤١/٣/١٧ هـ ٢٠١٩/١١/١٤ م	الخميس	١٤٤١/٣/١٣ هـ ٢٠١٩/١١/١٠ م	الأحد	١١
تحريك الذراعين من مفصل الكتف	١٤٤١/٣/٢٤ هـ ٢٠١٩/١١/٢١ م	الخميس	١٤٤١/٣/٢٠ هـ ٢٠١٩/١١/١٧ م	الأحد	١٢
الوثب الصحيح + الوقوف على قدم واحدة	١٤٤١/٤/١ هـ ٢٠١٩/١١/٢٨ م	الخميس	١٤٤١/٣/٢٧ هـ ٢٠١٩/١١/٢٤ م	الأحد	١٣
تسليم و تسلم الكرة	١٤٤١/٤/٨ هـ ٢٠١٩/١٢/٥ م	الخميس	١٤٤١/٤/٤ هـ ٢٠١٩/١٢/١ م	الأحد	١٤
الوعي بالقوة اللازمة لتحريك الجسم أو أجزاء منه	١٤٤١/٤/١٥ هـ ٢٠١٩/١٢/١٢ م	الخميس	١٤٤١/٤/١١ هـ ٢٠١٩/١٢/٨ م	الأحد	١٥
القياس البعدي لمستوى اللياقة البدنية	١٤٤١/٤/٢٢ هـ ٢٠١٩/١٢/١٩ م	الخميس	١٤٤١/٤/١٨ هـ ٢٠١٩/١٢/١٥ م	الأحد	١٦
اختبارات	١٤٤١/٥/٧ هـ ٢٠٢٠/١/٢ م	الخميس	١٤٤١/٤/٢٥ هـ ٢٠١٩/١٢/٢٢ م	الأحد	١٨ + ١٧

المادة	موضوع الدرس	المرحلة
تربية بدنية	الوقوف الصحيح	أول ابتدائي
التهينة والتمهيد	س   هل اتقنت الطالبة الخطوات الفنية للوقوف الصحيح	
استراتيجية التعلم النشط	○ حل المشكلات ○ الاكتشاف والاستقصاء ○ العصف الذهني ○ الخرائط الذهنية ○ التعلم الذاتي ○ التعلم التعاوني ○ أخرى .....	
نواتج التعلم المخطط لها (الاهداف)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أن تؤدي الطالبة الخطوات الفنية بمهارة الوقوف الصحيح</li> <li>• أن تعدد الطالبة الخطوات الفنية للوقوف الصحيح.</li> <li>• أن تشعر الطالبة بالمرح أثناء ممارسة النشاط</li> </ul>	
الخبرات السابقة	س	
إجراءات تحقيق النواتج من المعلم والمتعلم	<p>تتحقق أهداف الدرس من خلال الإجراءات والأنشطة التالية :</p> <p>دور المعلمة</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• تحديد الهدف .</li> <li>• إعطاء الوقت الكافي للطلبات في البحث عن الإجابة .</li> <li>• وضع البدائل المتعددة من الحركات للمهارة .</li> <li>• تقديم أسئلة عن الطريقة المثلى للمهارة .</li> <li>• ترجيح الطريقة المثلى للمهارة .</li> <li>• شغل الطالبة في عملية استكشافية معنية .</li> <li>• تنمية عملية التفكير والاستقصاء والاكتشاف .</li> <li>• المعلمة شريكة للطلبة في كل القرارات .</li> <li>• إعطاء الطالبة فرصة التجربة حتى تتمكن من تحديد الأفضل .</li> <li>• تنمية التفكير العميق عند الطالبات وربط الأداء الحركي بالقدرة البدنية .</li> <li>• تنمية العلاقة الإيجابية مع الطالبة من خلال عملية الاكتشاف .</li> <li>• جعل الطالبة في عملية استكشاف معينة ( عملية تقريب ) .</li> <li>• تنمية مهارات اكتشاف متعاقبة ، تؤدي منطقياً الى اكتشاف المفهوم أو الحركة .</li> <li>• تصميم الأسئلة للطلبات في صورة متعاقبة .</li> <li>• التحقق من إجابات الطالبات على كل سؤال مع تقديم التغذية الراجعة الفردية لكل طالبة.</li> </ul> <p>دور المتعلمة</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• أداء المهارة بأوضاع مختلفة على حسب البدائل المعروفة.</li> <li>• ممارسة المهارة للوصول إلى درجة الإتقان.</li> <li>• ممارسة المهارة للوصول على الوضع الصحيح لها .</li> <li>• المشاركة في تحديد الهدف والوصول إليه .</li> <li>• المشاركة للمعلمة في قرارات التنفيذ والتقييم.</li> <li>• الإجابة على السؤال أن يصل إلى الموضوع الذي أختارته المعلمة .</li> </ul>	
نشاط اثنائي	س   هل يوسع الطالبة الوقوف بشكل صحيح بدون تكلف أو تصلب في الجسم ؟	
نوع التقويم	تقويم قبلي	س   هل تؤدي الطالبة الخطوات الفنية بمهارة الوقوف الصحيح ؟
	تقويم بنائي	س   هل تعدد الطالبة الخطوات الفنية للوقوف الصحيح ؟
	تقويم ختامي	س   هل تشعر الطالبة بالمرح أثناء ممارسة النشاط ؟
معلومات اثرانية	الرجوع إلى مصادر البحث وجمع معلومات اثرانية عن الدرس	
الواجبات المنزلية	حل أسئلة تقويم الدرس والأنشطة المصاحبة	
رابط تفاعلي	الروابط مخفية في النسخة المجانية	