

خصم خاص
للمدارس

مؤسسة التحضير الحديثة



التربية البدنية "نسخه مجانية"
للف الخامس 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 الخامس الابتدائي للعام الدراسي ١٤٤٠ / ١٤٤١ هـ

الدروس	التاريخ		الإسبوع		
	إلى	من			
الأوضاع الصحيحة للمشي و أهميته لسلامة القوام	١٤٤١/١/٦ هـ ٢٠١٩/٩/٥ م	الخميس	١٤٤١/١/٢ هـ ٢٠١٩/٩/١ م	الأحد	١
الطريقة الصحيحة لل صعود وأثرها على سلامة القوام	١٤٤١/١/١٣ هـ ٢٠١٩/٩/١٢ م	الخميس	١٤٤١/١/٩ هـ ٢٠١٩/٩/٨ م	الأحد	٢
الطريقة الصحيحة للتلشق وأثرها على سلامة القوام	١٤٤١/١/٢٠ هـ ٢٠١٩/٩/١٩ م	الخميس	١٤٤١/١/١٦ هـ ٢٠١٩/٩/١٥ م	الأحد	٣
إدراك التغير في معدل التنفس أثناء المجهود البدني و التفسير المبسط له	١٤٤١/١/٢٧ هـ ٢٠١٩/٩/٢٦ م	الخميس	١٤٤١/١/٢٣ هـ ٢٠١٩/٩/٢٢ م	الأحد	٤
معرفة الملابس الملائمة لممارسة النشاط البدني في الأجواء المختلفة	١٤٤١/٢/٤ هـ ٢٠١٩/١٠/٣ م	الخميس	١٤٤١/١/٣٠ هـ ٢٠١٩/٩/٢٩ م	الأحد	٥
أهمية تعويض السوائل أثناء المجهود البدني	١٤٤١/٢/١١ هـ ٢٠١٩/١٠/١٠ م	الخميس	١٤٤١/٢/٧ هـ ٢٠١٩/١٠/٦ م	الأحد	٦
البدء المنخفض	١٤٤١/٢/١٨ هـ ٢٠١٩/١٠/١٧ م	الخميس	١٤٤١/٢/١٤ هـ ٢٠١٩/١٠/١٣ م	الأحد	٧
العدو	١٤٤١/٢/٢٥ هـ ٢٠١٩/١٠/٢٤ م	الخميس	١٤٤١/٢/٢١ هـ ٢٠١٩/١٠/٢٠ م	الأحد	٨
الوثب العالي بالطريقة المقصية	١٤٤١/٣/٣ هـ ٢٠١٩/١٠/٣١ م	الخميس	١٤٤١/٢/٢٨ هـ ٢٠١٩/١٠/٢٧ م	الأحد	٩
الدرجة الأمامية المنحنية من الوقوف	١٤٤١/٣/١٠ هـ ٢٠١٩/١١/٧ م	الخميس	١٤٤١/٣/٦ هـ ٢٠١٩/١١/٣ م	الأحد	١٠
اللف نصف لفة حول المحور الطولي ثم الدرجة الخلفية المنحنية للوصول لوضع	١٤٤١/٣/١٧ هـ ٢٠١٩/١١/١٤ م	الخميس	١٤٤١/٣/١٣ هـ ٢٠١٩/١١/١٠ م	الأحد	١١
الاقتراب و الارتقاء على سلم الارتقاء للوثب لأعلى ثم الهبوط	١٤٤١/٣/٢٤ هـ ٢٠١٩/١١/٢١ م	الخميس	١٤٤١/٣/٢٠ هـ ٢٠١٩/١١/١٧ م	الأحد	١٢
القفز فتحا على المهر عرضا	١٤٤١/٤/١ هـ ٢٠١٩/١١/٢٨ م	الخميس	١٤٤١/٣/٢٧ هـ ٢٠١٩/١١/٢٤ م	الأحد	١٣
تمرير الكرة بوجه القدم الخارجي	١٤٤١/٤/٨ هـ ٢٠١٩/١٢/٥ م	الخميس	١٤٤١/٤/٤ هـ ٢٠١٩/١٢/١ م	الأحد	١٤
الجري بالكرة بوجه القدم الخارجي	١٤٤١/٤/١٥ هـ ٢٠١٩/١٢/١٢ م	الخميس	١٤٤١/٤/١١ هـ ٢٠١٩/١٢/٨ م	الأحد	١٥
الاختبارات	١٤٤١/٤/٢٢ هـ ٢٠١٩/١٢/١٩ م	الخميس	١٤٤١/٤/١٨ هـ ٢٠١٩/١٢/١٥ م	الأحد	١٦
الاختبارات	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	الأوضاع الصحيحة للمشي و أهميته لسلامة القوام	خامس ابتدائي
التهيئة والتمهيد	س تعرفي علي اهمية المشي	
استراتيجية التعلم النشط	○ حل المشكلات ○ الاكتشاف والاستقصاء ○ العصف الذهني ○ الخرائط الذهنية ○ التعلم الذاتي ○ التعلم التعاوني ○ أخرى	
نواتج التعلم المخطط لها (الاهداف)	أن تمارس الطالبة تدريباً بدنياً ينمي اللياقة القلبية أن تتعرف الطالبة على أهمية المشي الصحيح لسلامة القوام أن تتعزز لدى الطالبة تعاليم الدين الإسلامي المرتبط بالنشاط البدني	
الخبرات السابقة	س	
إجراءات تحقيق النواتج من المعلم والمتعلم	تتحقق أهداف الدرس من خلال الإجراءات والأنشطة التالية : دور المعلمة <ul style="list-style-type: none"> ● تحديد الهدف . ● إعطاء الوقت الكافي للطلبات في البحث عن الإجابة . ● وضع البدائل المتعددة من الحركات للمهارة . ● تقديم أسئلة عن الطريقة المثلى للمهارة . ● ترجيح الطريقة المثلى للمهارة . ● شغل الطالبة في عملية استكشافية معنية . ● تنمية عملية التفكير والاستقصاء والاكتشاف . ● المعلمة شريكة للطلبة في كل القرارات . ● إعطاء الطالبة فرصة التجريب حتى تتمكن من تحديد الأفضل . ● تنمية التفكير العميق عند الطالبات وربط الأداء الحركي بالقدرات البدنية . ● تنمية العلاقة الإيجابية مع الطالبة من خلال عملية الاكتشاف . ● جعل الطالبة في عملية استكشاف معينة (عملية تقريب) . ● تنمية مهارات اكتشاف متعاقبة ، تؤدي منطقياً الى اكتشاف المفهوم أو الحركة . ● تصميم الأسئلة للطلبات في صورة متعاقبة . ● التحقق من إجابيات الطالبات على كل سؤال مع تقديم التغذية الراجعة الفردية لكل طالبة . دور المتعلمة <ul style="list-style-type: none"> ● أداء المهارة بأوضاع مختلفة على حسب البدائل المعروفة . ● ممارسة المهارة للوصول إلى درجة الإتقان . ● ممارسة المهارة للوصول على الوضع الصحيح لها . ● المشاركة في تحديد الهدف والوصول إليه . ● المشاركة للمعلمة في قرارات التنفيذ والتقييم . ● الإجابة على السؤال أن يصل إلى الموضوع الذي أختارته المعلمة . 	
نشاط اثنائي	س هل تمارس الطالبة تدريباً بدنياً ينمي اللياقة القلبية	
نوع التقييم	تقويم قبلي	س هل تتعرف الطالبة على أهمية المشي الصحيح لسلامة القوام ؟
	تقويم بنائي	س هل تتعزز لدى الطالبة تعاليم الدين الإسلامي المرتبط بالنشاط البدني ؟
	تقويم ختامي	س أذكرني مواصفات الأداء الفني الصحيح للأوضاع الصحيحة للمشي و أهميته لسلامة القوام ؟
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	