

وحدة القياس القبلي

المسار التعليمي للوحدة

حضورى <input type="checkbox"/>		معياري <input type="checkbox"/>		افتراضي غير متزامن (تعلم ذاتي) <input type="checkbox"/>		افتراضي متزامن يستلزم حضور الطالب والمعلم <input type="checkbox"/>	
توقع المدير/ة	عدد الحصص	تاريخ الحصة	الخبرات التعليمية				الوحدة التعليمية
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	٥ ٣ ٣ ٣ ٣ ١	/	<input type="checkbox"/>	القوة العضلية (ثني ومد الذراعين من الانبطاح المائل) .	<input type="checkbox"/>	القياس القبلي
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		/	<input type="checkbox"/>	قوة عضلات البطن (الجلوس من الرقود نصفًا والذراعين على الصدر).	<input type="checkbox"/>	القياس القبلي
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		/	<input type="checkbox"/>	المرونة (صندوق المرونة) .	<input type="checkbox"/>	القياس القبلي
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		/	<input type="checkbox"/>	السرعة (العدو مسافة ٣٠ أو ٤٠ متر) .	<input type="checkbox"/>	القياس القبلي
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		/	<input type="checkbox"/>	الرشاقة (الجري المتعرج مسافة ٣٠ متر) .	<input type="checkbox"/>	القياس القبلي
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		/	<input type="checkbox"/>	تقويم مخرجات الوحدة وتعزيزها.	<input type="checkbox"/>	القياس القبلي

تفعيل وحدة الصحة واللياقة البدنية اثناء الدروس وفق خطة يمارس خلالها الطلاب تدريبات بدنية تنمي عناصر اللياقة البدنية المستهدفة ومناسبة لكل مفردة :  
 القوة العضلية  التحمل العضلي  المرونة  السرعة  الرشاقة .

استراتيجية التعلم المطبقة / التعلم باللعب / التعلم الذاتي / التعلم التعاوني / الأمري + الاكتشاف الموجه /  
 المهارات التفكير الملاحظة / التذكر/التطبيق/التقويم/الابداع / التحليل /  
 التعلم بالتمجذ / العصف الذهني / خريطة المفاهيم / أخرى.....  
 التركيب / المقارنة / .....

الوسائل التعليمية: كتب الكترونية - نماذج مرسومة - شاشة عرض - أدوات التربية البدنية المرتبطة بالوحدة .....الخ

**إداري:** (نزول الطلاب بنظام - تفقد الزي الرياضي حصر الغياب **تعليمات الدرس**) تهيئة الدرس **(درسي مميز جدا)** / ثم البدء بالأحماء المشي حول الملعب ؛ لفات متدرجة السرعة عمل الاطلاات ثم إختيار نوع من أنواع الإحماء جري- لعبة صغيرة - مسابقة حركية... الخ ثم الاعداد البدني لتنمية القوة العضلية و التحمل العضلي والمرونة والسرعة والرشاقة سواء دائرية - انشار حر - جمباز موانع - زوجية - فردية - بالأدوات... الخ البدء بتنفيذ الجزء التعليمي حسب اسلوب التعليم المتبع يكون دور المعلم/ة والطالب/ة ويراعى الوسيلة التعليمية وبطاقات التعلم والمهام ومراعاة السلامة وتصحيح الأخطاء والتشجيع اثناء تنفيذ مراحل الحصة  
**.... ثم أنشطة أخلاق الدرس كيف كان درسي؟**

تنفيذ الإجراءات التدريسية

(٢)

تهيئة الدرس

(١)

نزول الطلاب من الفصل  
الاداري

احضار الطلاب من الفصل بهدوء ونظام النساحة تنفيذ الدرس

تقديم وتهيئة الدرس

احياء المعلم

الاحياء (النفس)

الاطلة

المرونة

المفاصل

احياء لعبة الارقام

الاعداد البدني للدرس

تنفيذ الاحماء متدرج الشدة لتنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم بدنيا

تنفيذ الأنشطة والتدريبات البدنية تنمية عناصر اللياقة البدنية

النشاط التعليمي

نشاط تطبيق المهارة يتم فيه القيام بالأداء مع تصحيح الأخطاء

يتم هنا النشاط التعليمي وفق أساليب التعليم التي اختارها المعلم/ة

<input type="checkbox"/> مهام أدائية	<input type="checkbox"/> أنشطة	<input type="checkbox"/> اختبار شفوي/ تحريري	<input type="checkbox"/> واجبات	<input type="checkbox"/> مشاركة	<input type="checkbox"/> أدوات تقويم الدرس
--------------------------------------	--------------------------------	--	---------------------------------	---------------------------------	--

وحدة كرة اليد

المسار التعليمي للوحدة

<input type="checkbox"/> افتراضي متزامن يستلزم حضور الطالب والمعلم		<input type="checkbox"/> افتراضي غير متزامن (تعلم ذاتي)		<input type="checkbox"/> معياري		<input type="checkbox"/> حضوري	
الوحدة التعليمية		الخبرات التعليمية		تاريخ الحصة	عدد الحصص	توقع المدير/ة	
كرة اليد	<input type="checkbox"/>	التمرير مستوى الركبة .	/	٥ ٣ ٣ ٣ ٣ ١	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
كرة اليد	<input type="checkbox"/>	رمية الجزاء.	/		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
كرة اليد	<input type="checkbox"/>	التصويبة السلمية من المشي والجري.	/		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
كرة اليد	<input type="checkbox"/>	مواد قانون كرة اليد التالية : رمية ال 7 متر المادة (14)، رمية الحكم المادة (15).	/		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
كرة اليد	<input type="checkbox"/>	تطبيقات الأداء في وحدة كرة اليد (تعزيز نواتج التعلم ) اثناء الممارسة.	/		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
كرة اليد	<input type="checkbox"/>	تقويم مخرجات الوحدة وتعزيزها.	/		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

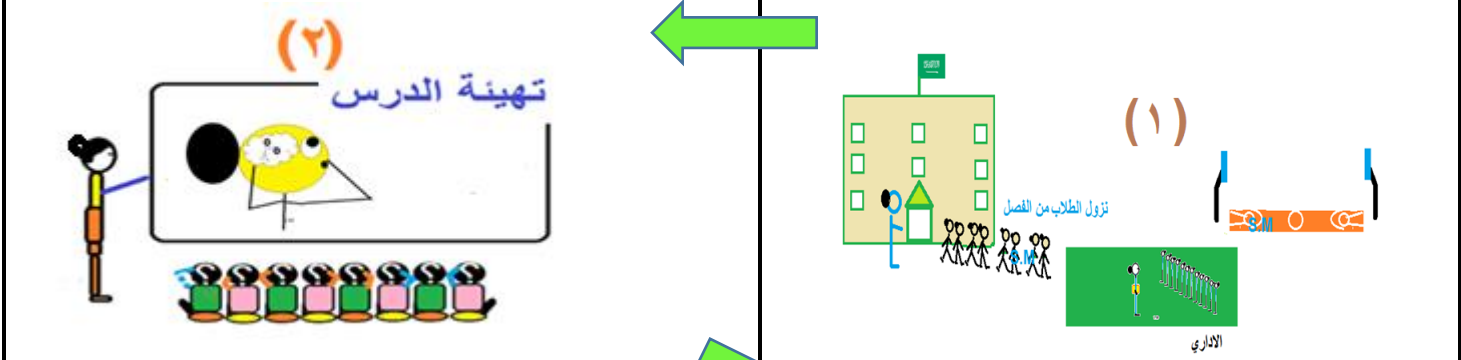
تفعيل وحدة الصحة واللياقة البدنية اثناء الدروس وفق خطة يمارس خلالها الطلاب تدريبات بدنية تنمي عناصر اللياقة البدنية المستهدفة ومناسبة لكل مفردة :  
 القوة العضلية  التحمل العضلي  المرونة  السرعة  الرشاقة .

استراتيجية التعلم المطبقة / التعلم باللعب / التعلم الذاتي / التعلم التعاوني / الأمري + الاكتشاف الموجه / مهارات التفكير الملاحظة / التذكر/التطبيق/التقويم/الابداع / التحليل / التعلم بالتمذجة / العصف الذهني / خريطة المفاهيم / أخرى.....  
 التركيب / المقارنة / .....

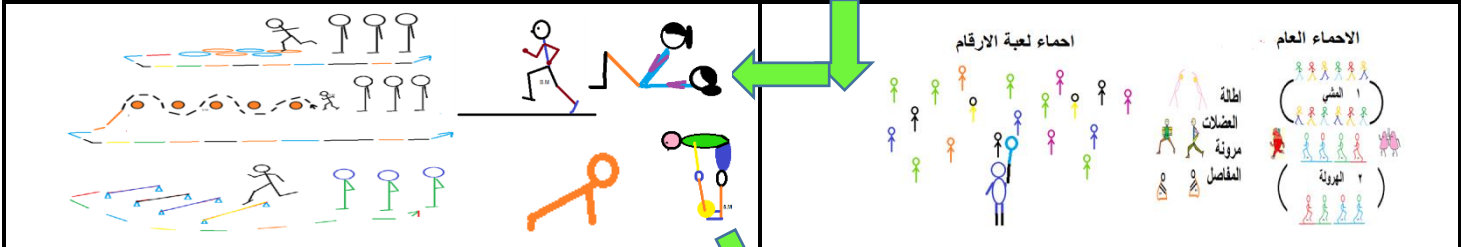
الوسائل التعليمية: كتب الكترونية - نماذج مرسومة - شاشة عرض - أدوات التربية البدنية المرتبطة بالوحدة .....الخ

**إداري:** (نزول الطلاب بنظام - تفقد الزي الرياضي حصر الغياب **تعليمات الدرس**) تهيئة الدرس **(درسي مميز جدا)** / ثم البدء بالأحماء المشي حول الملعب ؛ لفات متدرجة السرعة عمل الاطلاات ثم اختيار نوع من أنواع الإحماء جري- لعبة صغيرة - مسابقة حركية... الخ ثم الاعداد البدني لتنمية القوة العضلية و التحمل العضلي والمرونة والسرعة والرشاقة سواء دائرية - انشار حر - جمباز موانع - زوجية - فردية - بالأدوات... الخ البدء بتنفيذ الجزء التعليمي حسب اسلوب التعليم المتبع يكون دور المعلم/ة والطالب/ة ويراعى الوسيلة التعليمية وبطاقات التعلم والمهام ومراعاة السلامة وتصحيح الأخطاء والتشجيع اثناء تنفيذ مراحل الحصة  
**.... ثم أنشطة أخلاق الدرس كيف كان درسي؟**

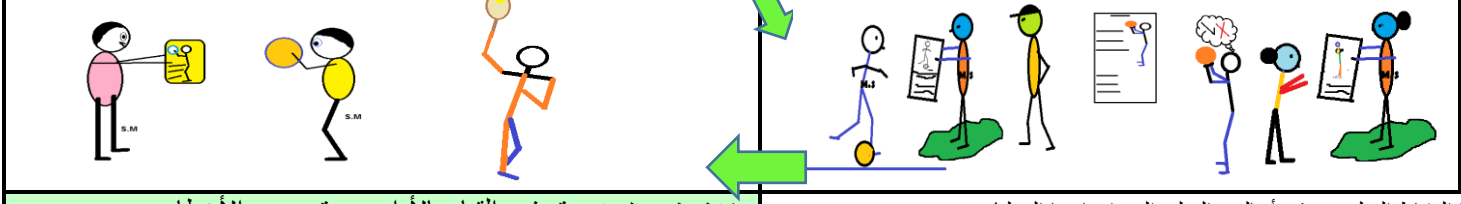
تنفيذ الإجراءات التدريسية



إحضار الطلاب من الفصل بهدوء ونظام الساحة تنفيذ الدرس



تنفيذ الاحماء مندرج الشدة لتنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم بدنيا



تنفيذ الأنشطة والتدريبات البدنية لتنمية عناصر اللياقة البدنية

نشاط تطبيق المهارة يتم فيه القيام بالأداء مع تصحيح الأخطاء

يتم هنا النشاط التعليمي وفق أساليب التعليم التي اختارها المعلم/ة  
 أدوات تقويم الدرس  مشاركة  واجبات  اختبار شفوي/ تحريري  أنشطة  مهام أدائية

وحدة الريشة الطائرة

حضورى <input type="checkbox"/>		معياري <input type="checkbox"/>		افتراضي غير مترام (تعلم ذاتي) <input type="checkbox"/>		افتراضي مترام يستلزم حضور الطالب والمعلم <input type="checkbox"/>	
توقع المدير/ة	عدد الحصص	تاريخ الحصة	الخبرات التعليمية				الوحدة التعليمية
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	/	مسك المضرب (مسكة شكل 7).				<input type="checkbox"/> الريشة الطائرة
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	/	الارسال الخلفي .				<input type="checkbox"/> الريشة الطائرة
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	/	الاسقاط من فوق الرأس .				<input type="checkbox"/> الريشة الطائرة
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	/	مواد قانون الريشة الطائرة التالية : الأخطاء المادة ( 13 ) ، الضربات المعادة المادة ( 14 ) .				<input type="checkbox"/> الريشة الطائرة
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	/	تطبيقات الأداء في وحدة الريشة الطائرة (تعزيز نواتج التعلم ) اثناء الممارسة.				<input type="checkbox"/> الريشة الطائرة
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	/	تقويم مخرجات الوحدة وتعزيزها.				<input type="checkbox"/> الريشة الطائرة

تفعيل وحدة الصحة واللياقة البدنية اثناء الدروس وفق خطة يمارس خلالها الطلاب تدريبات بدنية تنمي عناصر اللياقة البدنية المستهدفة ومناسبة لكل مفردة :  
 القوة العضلية  التحمل العضلي  المرونة  السرعة  الرشاقة .

استراتيجية التعلم المطبقة / التعلم باللعب / التعلم الذاتي / التعلم التعاوني / الأمري + الاكتشاف الموجه /  
 التعلم بالنمذجة / العصف الذهني / خريطة المفاهيم / أخرى.....  
 مهارات التفكير الملاحظة / التذكر/التطبيق/التقويم/الابداع / التحليل / التركيب / المقارنة / .....

الوسائل التعليمية: كتب الكترونية - نماذج مرسومة - شاشة عرض - أدوات التربية البدنية المرتبطة بالحصة .....الخ

**إداري:** نزول الطلاب بنظام - تفقد الزي الرياضي حصر الغياب **تعليمات الدرس** تهيئة الدرس **(درسي مميز جدا)** / ثم البدء بالأحماء المشي حول الملعب 4 لفات متدرجة السرعة عمل الاطلاات ثم إختيار نوع من أنواع الإحماء جري- لعبة صغيرة - مسابقة حركية... الخ ثم الاعداد البدني لتنمية القوة العضلية و التحمل العضلي والمرونة والسرعة والرشاقة سواء دائرية - انشار حر - جمباز موانع - زوجية - فردية - بالأدوات... الخ البدء بتنفيذ الجزء التعليمي حسب اسلوب التعليم المتبع يكون دور المعلم/ة والطالب/ة ويراعى الوسيلة التعليمية وبطاقات التعلم والمهام ومراعاة السلامة وتصحيح الأخطاء والتشجيع اثناء تنفيذ مراحل الحصة  
**.... ثم أنشطة أخلاق الدرس كيف كان درسي؟**

تنفيذ الإجراءات التدريسية

(٢)

تهيئة الدرس

(١)

نزول الطلاب من الفصل

احضار الطلاب من الفصل بهدوء ونظام النساحة تنفيذ الدرس

تقديم وتهيئة الدرس

احياء العام

تنفيذ الاحماء متدرج الشدة لتنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم بدنيا

تنفيذ الأنشطة والتدريبات البدنية تنمية عناصر اللياقة البدنية

النشاط التعليمي

يتم هنا النشاط التعليمي وفق أساليب التعليم التي اختارها المعلم/ة  
 نشاط تطبيق المهارة يتم فيه القيام بالأداء مع تصحيح الأخطاء  
 أدوات تقويم الدرس  مشاركة  واجبات  اختبار شفوي/ تحريري  أنشطة  مهام أداية

وحدة الجمار الفني

المسار التعليمي بالحصّة

<input type="checkbox"/> افتراضي متزامن يستلزم حضور الطالب والمعلم		<input type="checkbox"/> افتراضي غير متزامن (تعلم ذاتي)		<input type="checkbox"/> معياري		<input type="checkbox"/> حضوري	
الوحدة التعليمية		الخبرات التعليمية		تاريخ الحصّة	عدد الحصص	توقع المدير/ة	
<input type="checkbox"/>	الجمبار الفني	<input type="checkbox"/>	الدرجة الامامية الطائرة .	/	□	□	□
<input type="checkbox"/>	الجمبار الفني	<input type="checkbox"/>	الثقلية الامامية على اليدين بالارتقاء المفرد .	/	□	□	□
<input type="checkbox"/>	الجمبار الفني	<input type="checkbox"/>	تطبيقات الأداء في وحدة الجمبار الفني (تعزيز نواتج التعلم ) اثناء الممارسة.	/	□	□	□
<input type="checkbox"/>	الجمبار الفني	<input type="checkbox"/>	تقويم مخرجات الوحدة وتعزيزها.	/	□	□	□

تفعيل وحدة الصحة واللياقة البدنية اثناء الدروس وفق خطة يمارس خلالها الطلاب تدريبات بدنية تمي عناصر اللياقة البدنية المستهدفة ومناسبة لكل مفردة :

القوة العضلية  التحمل العضلي  المرونة  السرعة  الرشاقة .

استراتيجية التعلم المطبقة / التعلم باللعب / التعلم الذاتي / التعلم التعاوني / الأمري + الاكتشاف الموجه /  
التعلم بالنمذجة / العصف الذهني / خريطة المفاهيم / أخرى.....  
مهارات التفكير / الملاحظة / التذكر/التطبيق/التقويم/الابداع / التحليل /  
التركيب / المقارنة / .....

الوسائل التعليمية: كتب الكترونية - نماذج مرسومة - شاشة عرض - أدوات التربية البدنية المرتبطة بالحصّة.....الخ

**إداري:** (نزول الطلاب بنظام - تفقد الزي الرياضي حصر الغياب **تعليمات الدرس**) تهيئة الدرس **(درسي مميز جدا)** / ثم البدء بالأحماء المشي حول الملعب 4 لفات متدرجة السرعة عمل الاطلاات ثم اختيار نوع من أنواع الإحماء جري- لعبة صغيرة - مسابقة حركية... الخ ثم الاعداد البدني لتنمية القوة العضلية و التحمل العضلي والمرونة والسرعة والرشاقة سواء دائرية - انشاز حر - جمبار موانع - زوجية - فردية - بالأدوات... الخ البدء بتنفيذ الجزء التعليمي حسب اسلوب التعليم المتبع يكون دور المعلم/ة والطالب/ة ويراعى الوسيلة التعليمية وبطاقات التعلم والمهام ومراعاة السلامة وتصحيح الأخطاء والتشجيع اثناء تنفيذ مراحل الحصّة

.... ثم أنشطة أغلاق الدرس كيف كان درسي؟

تنفيذ الإجراءات التدريسية

(٢)

تهيئة الدرس

(١)

نزل الطلاب من الفصل  
الاداري

تقديم وتهيئة الدرس

احضار الطلاب من الفصل بهدوء ونظام الساحة تنفيذ الدرس

تنفيذ الأنشطة والتدريبات البدنية تنمية عناصر اللياقة البدنية

تنفيذ الاحماء متدرج الشدة لتنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم بدنيا

نشاط تطبيق المهارة يتم فيه القيام بالأداء مع تصحيح الأخطاء

يتم هنا النشاط التعليمي وفق أساليب التعليم التي اختارها المعلم/ة

<input type="checkbox"/> مهام أدائية	<input type="checkbox"/> أنشطة	<input type="checkbox"/> اختبار شفوي/ تحريري	<input type="checkbox"/> واجبات	<input type="checkbox"/> مشاركة	<input type="checkbox"/> أدوات تقويم الدرس
--------------------------------------	--------------------------------	--	---------------------------------	---------------------------------	--

ملاحظة عناصر اخراج الدروس يتم التغيير وفق موضوع الدرس  
ومرئيات المعلم والمعلمة.