

| نوع الحصة                               | مركبات الكفاءة                                    | الاهداف   | المحتوى التعليمي   | محتوى الانجاز   | التوجيهات   |
|---|---|---|--|---|---|
| تقويم تشخيصي للكفاءة الختامية المستهدفة | المركبات الغير مكتسبة                             | تقويم مدى اكتساب واستثمار مركبات الكفاءة الختامية                 | - بناء منافسة - لمعرفة قدرات التلاميذ  | وضعية مشكلة انطلاقية) أم ( تضمن التعامل مع مركبات الكفاءة             | ملاحظة مدى استثمار مركبات الكفاءة في المواقف  |
| حصة تعليمية 01                          | - التحكم في تنفيذ الحركات والمهارات الأساسية .    | أن يصح المتعلم ذاتيا خطوات الاقتراب لأداء وثبة صحيحة وسقوط آمن    | تنظيم خطوات الاقتراب لتحقيق وثبة ناجحة وسقوط آمن                             | أداء تمارين الجري باحتساب الخطوات من منطقة القفز وبداية الميدان       | - أداء الحركة إلا بالإشارة<br>- تصحيح بعض الحركات للتلاميذ<br>- التنسيق بين الذراعين والرجلين<br>- التأكيد على احتساب الخطوات |
| حصة تعليمية 02                          | - ترتيب وتنسيق مجموعة حركات مناسبة لعملية معينة . | أن يتحكم المتعلم في الجسم ويقرب بسرعة مضبوطة للارتقاء             | التنسيق وربط بين السرعة القصوى وعدد الخطوات اللازم للارتقاء                  | مواقف لتحديد السرعة القصوى اللازمة لأداء وثبة صحيحة                   | - تحديد السرعة القصوى اللازمة.<br>- الربط بين عدد الخطوات والسرعة القصوى<br>- التأكيد على القيام بارتقاء صحيح                 |
| حصة تعليمية 03                          |   | أن يتحكم المتعلم بالاقتراب والدفع الجيد للارتقاء لأعلى وأبعد نقطة | إدراك أهمية رجل الارتكاز لدفع الجسم إلى أبعد نقطة                            | الجري بخطوات ارتدادية مع القفز باستعمال حاجز                          | - التوازن عند الارتفاع<br>- عدم السقوط<br>- إدراك أهمية رجل الارتكاز عند الدفع الأفقي   |
| حصة ادماجية ادماج جزئي                  | القدرة على دمج المكتسبات السابقة                  | العمل على دمج المكتسبات السابقة والعمل على تحسينها                | إدراك المكتسبات القبلية وتحسينها   | الجري بخطوات ثابتة الإيقاع وبأقصى سرعة لتحقيق وثبة ناجحة في جو تنافسي | - التصحيح الذاتي لخطوات الاقتراب<br>- تحديد السرعة القصوى المناسبة<br>- إدراك أهمية رجل الارتكاز عند الدفع الأفقي             |
| حصة تعليمية 04                          | - تنفيذ عمليات يتطلبها الموقف .                   | أن يربط المتعلم بين الطيران والسقوط بطريقة ناجحة وللأمام          | إدراك أهمية التنسيق بين الأطراف العلوية والسفلية في توازن الجسم أثناء السقوط | الجري بخطوات ارتدادية مع القفز واستعمال أطراف العلوية والسقوط الآمن   | - استعمال الذراعين في عملية السقوط إلى الأمام.<br>- الخروج دائما يكون إلى الأمام .<br>- السقوط يكون بكلتي الرجلين .           |
| حصة تعليمية 05                          | - المحافظة على الجانب الأمني وتجنب المخاطر .      | أن يربط المتعلم بين جميع عناصر الوثب والسقوط الآمن                | التنسيق بين مختلف مركبات الوثب   | القفز من الثبات والحركة مع استعمال حواجز                              | - التدرج في أداء التمارين<br>- ضبط مسافة القفز<br>- السقوط يكون بكلتي الرجلين .   |
| حصة تقويمية (تقييم تحصيلي)              | مدى استيعاب مركبات الكفاءة الختامية               | حصة تقديرية من أجل أخذ النتائج                                    | تقويم الوضعيات خطوات الاقتراب ، الارتكاز ، الدفع ، الطيران ، السقوط الجيد .  | منافسة بين التلاميذ مع تسجيل النتائج .                                | تنظيم الخطوات بسرعة متزايدة، التركيز على عمل الأطراف العلوية و السفلية، السقوط الجيد  |