

الوحدة	التاريخ	رقم الدرس	الصف
الأولى	من : إلى :	(1)	الوقوف من جلوس التريبع
الموضوع			

أسلوب التقويم	الوسائل التعليمية	إجراءات التدريس	الأهداف السلوكية
ملاحظة الأداء تصحيح الأخطاء. الأسئلة الشفوية.	- ملعب لكرة اليد	<u>الإحماء والتمرينات:</u> (وقوف) الجري السريع في المكان مع تحريك اليدين. (وقوف) المشي أماماً مع النظر على الجانبين. (وقوف) الجري أماماً مع التغيير للوثب. (جلوس قرفصاء) دوران الذراع أمام الجسم. (وقوف) الجري السريع. (وقوف) ثني الجذع أماماً أسفل. (جلوس تريبع) تحريك الذراعين أمام الجسم. (وقوف الوضع أماماً) الجري أماماً.	أن يتعزز لدى الطالب إبراز قدراته الفردية أثناء النشاط البدني. أن تنمو لدى الطالب عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بما يتناسب والزمن المخصص لهذه الوحدة. أن يتمكن الطالب من الانزلاق الصحيح من الجري. أن يتمكن الطالب من سحب المقاومات بطريقة صحيحة وآمنة وفعالة. أن يقف الطالب من جلوس التريبع والذراعان على الصدر. أن يمرر الطالب الكرة بطريقة صحيحة بيدين ويد واحدة. أن يعي الطالب البيئة المحيطة به.
		<u>المحتوى التعليمي :</u> الوقوف من جلوس التريبع.	

الوضع الصحيح للانزلاق من الجري.

السحب الصحيح.

تمرير الكرة بيدين ويد واحدة.

تعزيز إبراز القدرات الفردية.

تنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.

الوعي بالبيئة المحيطة .

ملعب لكرة اليد.

كرات صغيرة. ملاحظة الأداء

تصحيح الأخطاء.

الأسئلة الشفوية.

الختام

(وقوف) المشي في المكان أربع خطوات ثم التصفيق أربع مرات.

الصف الثاني رقم الدرس التاريخ الوحدة الموضوع العالجل الصحيح (2) من :

إلى : الثانية

الأهداف السلوكية إجراءات التدريس الوسائل التعليمية أسلوب التقويم

أن يقدر الطالب قيمة الاستئذان.

أن تنمو لدى الطالب عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بما يتناسب

والزمن المخصص لهذه الوحدة.

أن يحجل الطالب بطريقة صحيحة.

أن يدفع الطالب بطريقة صحيحة وأمنة وفعالة.

أن يؤدي الطالب الميزان الأمامي من الثبات.

أن يركل الطالب كرة متحركة بالقدم.

أن يعي الطالب تحركات زملائه من حوله.

أن يدرك الطالب التغير في معدل التنفس والتفسير المبسط له أثناء المجهود

البدني.

الإحماء والتمرينات:

(وقوف) الجري أماماً ثم الوقوف عند سماع الإشارة.

(وقوف) تبادل القدمين أماماً.

(وقوف) الجري أماماً مع تقليد صوت السيارة.

(جلوس على أربع) مد الركبتين مع رفع الذراعين أماماً عالياً.

(وقوف فتحة – الذراعان عالياً) ثني الجذع جانباً.

(وقوف – الذراعان جانباً) دوران الذراعين بالتقاطع أمام الجسم.
(وقوف مواجه – الذراعان أماماً) تشبيك اليدين مع الزميل تبادل ثني
الركبتين (:) .ملعب لكرة اليد.

صافرة 1-ملاحظة الأداء.

2-تصحيح الأخطاء.

3-الأسئلة الشفوية.

المحتوى التعليمي :

الحجل الصحيح.

الدفع الصحيح.

الميزان الأمامي.

ركل الكرة المتحركة.

الوعي بتحركات الآخرين.

إدراك وتفسير التغير في معدل التنفس أثناء المجهود البدني.

تقدير قيمة الاستئذان.

تنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.

ملعب لكرة اليد.

كرات صغيرة ملاحظة الأداء

تصحيح الأخطاء.

الأسئلة الشفوية.

الختام

(وقوف) المشي أماماً في المكان أربع خطوات ثم التصفيق أربع مرات.

الصف الثاني رقم الدرس التاريخ الوحدة الموضوع عالقفز السليم على أطراف الجسم)

إلى : الثالثة 3 من :

الأهداف السلوكية إجراءات التدريس الوسائل التعليمية أسلوب التقويم

أن يبدي الطالب استعداداً للتعاون مع زملائه.

أن تنمو لدى الطالب عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بما يتناسب

والزمن المخصص لهذه الوحدة.

أن يقفز الطالب قفزات سليمة متجاوزاً ارتفاعات مختلفة بطريقة صحيحة

وأمنة.

أن يتمكن الطالب من تطبيق القوس المعكوس نصفاً.

أن يتمكن الطالب من تطبيق الميزان الخلفي.

أن يثبت الطالب الكرة بالقدم بطريقة صحيحة بأجزاء مختلفة.

الإحماء والتمرينات:

(وقوف) الجري أماماً.

(وقوف فتحاً – تشبيك اليدين أمام الجسم) ثني الجذع أماماً أسفل. (وقوف) الجري مع تبادل رفع الركبتين أماماً. (وقوف – الذراعان جانباً) دوران الذراعين بالتقاطع أمام الجسم. (جلوس طولاً) تبادل ثني الركبتين على الصدر. (وقوف) الوثب مع رفع الذراعين أماماً عالياً. (وقوف) تبادل رفع الركبتين والذراعين أماماً عالياً. (وقوف) الجري ثم الوثب أماماً. (وقوف) الدحرجة الأمامية.ملعب لكرة القدم. مراتب إسفنجية. 1-ملاحظة الأداء. 2-تصحيح الأخطاء. 3-الأسئلة الشفوية. المحتوى التعليمي : القفز السليم على أطراف الجسم. القوس المعكوس نصفاً. الميزان الخلفي. تثبيت الكرة بالقدم. تنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	
--	--