****

**الخـــطـــة الفـــصـــلـــية**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

**المبحث:التربية الرياضية الوحدة :كرة القدم الصفحات :6-16 عدد الحصص:10 الفترة الزمنية:24/8/2025 إلى16/9/2025**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النتاجات** | **المواد والتجهيزات**  **(مصادرالتعلم)** | **استراتيجيات التدريس** | **التقويم** | | **أنشطةمرافقة** | **التأمل الذاتي** |
| **استراتيجية** | **أدوات** |
| **أذكر النواحي الفنية لمهارة تمرير الكرة من الجري بوجه القدم الداخلي.**  **أؤدي مهارة السيطرة على الكرة بالصدر.**  **أتعاون مع زملائي.**  **أحتفل بالفوز بطريقة حضارية بعيدًا عن أي إساءة.**   * **أنقل المهارات التي اكتسبتها إلى زملائي داخل المدرسة وخارجها.** | **الملعب**  **كرات قدم**  **صافرة**  **أقماع**  **ساعة توقيت** | **التدريس المباشر**  العمل الجماعي  العمل من خلال النشاط | **التقويم المعتمد على الأداء**  **الملاحظة** | **سلم تقدير**  **قائمة شطب** | **مباريات داخلية**  **مباريات خارجية**  **عرض صور** | **أشعر بالرضا عن:**  **التحديات:**  **مقترحات التحسين:** |

****

**الخـــطـــة الفـــصـــلـــية**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة : كرة السلة الصفحات : 23-30 عددالحصص:14 الفترة الزمنية :17/9/2025 إلى13/10/2025**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النتاجات** | **المواد والتجهيزات**  **(مصادرالتعلم)** | **استراتيجيات التدريس** | **التقويم** | | **أنشطةمرافقة** | **التأمل الذاتي** |
| **استراتيجية** | **أدوات** |
| **أذكر النواحي الفنية للتمريرة الصدرية والمرتدة.**  **أؤدي التمريرة الصدرية والمرتدة بصورة صحيحة.**  **أتقبل الخسارة بروح رياضية.**  **أذكر محتوى المادة (8) من قانون كرة السلة.**  **أشارك بلعبة كرة السلة في المدرسة وخارجها.** | **الملعب**  **مضارب ريشة**  **صافرة**  **شبكة**  **ريش** | **التدريس المباشر**  العمل الجماعي  العمل من خلال النشاط | **التقويم المعتمد على الأداء**  **الملاحظة** | **سلم تقدير**  **قائمة شطب** | **مباريات داخلية**  **حضور فيديو** | **أشعر بالرضا عن:**  **التحديات:**  **مقترحات التحسين:** |

****

**الخـــطـــة الفـــصـــلـــية**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة : الريشة الطائرة الصفحات : 34-41 عددالحصص:14 الفترة الزمنية : 14/10/2025 إلى6/11/2025**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النتاجات** | **المواد والتجهيزات**  **(مصادرالتعلم)** | **استراتيجيات التدريس** | **التقويم** | | **أنشطةمرافقة** | **التأمل الذاتي** |
| **استراتيجية** | **أدوات** |
| **اكتساب المعلومات وتطوير الاداء والمهارات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة :**  **أذكر النواحي الفنية للإرسال القصير في الريشة الطائرة.**  **أؤدي الإرسال القصير بصورة صحيحة.**  **ألتزم بتعليمات معلمي في أثناء اللعب.**  **أحافظ على الأدوات الرياضية.**   * **أكون علاقات اجتماعية إيجابية مع زملائي** | **الملعب**  **مضارب ريشة**  **صافرة**  **شبكة**  **ريش** | **التدريس المباشر**  العمل الجماعي  العمل من خلال النشاط | **التقويم المعتمد على الأداء**  **الملاحظة** | **سلم تقدير**  **قائمة شطب** | **مباريات داخلية**  **حضور فيديو** | **أشعر بالرضا عن:**  **التحديات:**  **مقترحات التحسين:** |

****

**الخـــطـــة الفـــصـــلـــية**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة: الإيقاع الحركي الصفحات:44-48 عدد الحصص:10 الفترة الزمنية :7/11/2025إلى 29/11/2025**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النتاجات** | **المواد والتجهيزات**  **(مصادرالتعلم)** | **استراتيجيات التدريس** | **التقويم** | | **أنشطةمرافقة** | **التأمل الذاتي** |
| **استراتيجية** | **أدوات** |
| **معرفة بعض المهارات والمفاهيم الحركية**  **القيام باالمشي والمشي المتنوع والجري والحبو**  **بشكل صحيح .**  **. تطبيق المفاهيم الحركية ( الوعي بالجسم /**  **الوعي بالفراغ).**  **. تطبيق المفاهيم الحركية (مستويات الحركة /**  **•**  **الاتجاهات ) .**  **تصميم جملة حركية وينفذها .**  **احترام العمل الجماعي والالتزام بقوانينه.**  **. توظيف المهارات الحياتية.**   * **. توظيف محاور الجائزة.** | **ورق**  **اقلام**  **صور** | **التدريس المباشر**  **التعليم من خلال النشاط** | **الملاحظة**  **التقويم المعتمد على الاداء** | **قاعة الشطب**  **سلم التقدير** | **حضور شريط ومناقشته** | **أشعر بالرضا عن:**  **التحديات:**  **مقترحات التحسين:** |

****

**الخـــطـــة الفـــصـــلـــية**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة : السلامه العامه الصفحات : 51-57 عددالحصص:14 الفترة الزمنية :30/11/2025 إلى15/12/2025**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النتاجات** | **المواد والتجهيزات**  **(مصادرالتعلم)** | **استراتيجيات التدريس** | **التقويم** | | **أنشطةمرافقة** | **التأمل الذاتي** |
| **استراتيجية** | **أدوات** |
| **اكتساب المعلومات وتطوير الاداء والمهارات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة :**  **تعريف الإسعافات الأولية للمصاب بلدغة العقرب أو الأفعى أو الحشرات.**  **تجنب الإصابة باللدغات من خلال اتباع طرق الوقاية.**  **حفظ رقم الطوارئ (911) في الوطن.**  **التعرف على أنواع الحشرات والزواحف السامة.**   * **تطبيق الإسعافات الأولية في حال إصابة أحد الأصدقاء أو الصديقات** | **الملعب**  **مضارب ريشة**  **صافرة**  **شبكة**  **ريش** | **التدريس المباشر**  العمل الجماعي  العمل من خلال النشاط | **التقويم المعتمد على الأداء**  **الملاحظة** | **سلم تقدير**  **قائمة شطب** | **مباريات داخلية**  **حضور فيديو** | **أشعر بالرضا عن:**  **التحديات:**  **مقترحات التحسين:** |

****

**تحليل المحتوى**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

المبحث: التربية الرياضية عنوان الوحدة: كرة القدم

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المفاهيم**  **والمصطلحات** | **الحقائق والتعميمات**  **والأفكار** | **المهارات** | **القيم والاتجاهات** |
| **التمرير**  **إيقاف كرة متدحرجه**  **الجري بالكرة**  **امتصاص الكرة بواجهة القدم**  **التصويب**  **المراوغة** | * **للجري أهمية كبيرة في تنمية اللياقة البدنية.** * **يدخل الطلبة إلى المدرسة و يخرجون منا بنظام** * **يكون الجري في مساحات و سرعات مختلفة** * **يمشي على أربعة عبر الأطواق** * **تؤدي الرشاقة الى القيام بأداء الحركات الرياضية بسهوله و سرعه** | **المشي الصحيح**  **المشي فوق الأطواق**  **المشي على رؤوس الأصابع**  **المشي على الكعبين**  **التمرير السريع** | **الحفاظ على السلامة العامة**  **العزيمة و الاجتهاد اثناء ممارسة الرياضة**  **الحفاظ على مكان اللعب من خلال ترتيبه**  **اللعب بروح الفريق** |

****

**تحليل المحتوى**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة : كرة السلة**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المفاهيم**  **والمصطلحات** | **الحقائق والتعميمات**  **والأفكار** | **المهارات** | **القيم والاتجاهات** |
| **كرة السلة (Basketball): التمريرة الصدرية (Chest Pass)، التمريرة المرتدة (Bounce Pass) ، التصويب (Shooting)، اليد (Hand) ، الوقفة الدفاعية.** | * **دقة التمرير هي أحد مفاتيح نجاح الفريق في الدفاع والهجوم.** * **التصويب بكلتا اليدين هو الهدف الرئيسي في اللعبة، ويؤدي إلى تحقيق الانتصار.** * **الوقفة الدفاعية هي من المهارات الأساسية التي يجب تعلمها، ليكون اللاعب مستعدًا للتحرك بأي اتجاه.** * **الاتحاد الدولي لكرة السلة (FIBA) تأسس في عام 1932م.** * **الاتحاد الأوروبي لكرة السلة (FIBA Europe) تأسس في عام 1957م ويضم 50 اتحادًا وطنيًا** | **مهارات فنية: أداء التمريرة الصدرية والمرتدة من الحركة ، ومهارة التصويب بكلتا اليدين من الثبات ، ومهارة الوقفة الدفاعية.**  **مهارات اجتماعية: أداء المهارات التي تم اكتسابها مع الأصدقاء ، ونقلها للزملاء في المدرسة وخارجها** | **الروح الرياضية: تقبل الخسارة ، وتقبل النقد ، والسيطرة على الانفعالات.**  **التعاون: المشاركة في اللعب الجماعي ، والإشادة بالأداء الجيد للزملاء.**  **الالتزام: اتباع التعليمات والأنظمة الخاصة باللعبة** |

****

**تحليل المحتوى**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة : الريشة الطائرة**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المفاهيم**  **والمصطلحات** | **الحقائق والتعميمات**  **والأفكار** | **المهارات** | **القيم والاتجاهات** |
| **الريشة الطائرة (Badminton): الإرسال (Serve) ، الصد (Blocking)، الأمامية (Front)، الخلفية (Background) ، تدريبات (Drills)** | * **تأدية التمرينات تنمي التوازن من الثبات** * **تأدية التمرينات تنمي التوازن من الحركة** * **تنفذ مهارات التوازن في أثناء الثبات و الحركة** * **يشرب الماء أثناء الجلوس و على ثلاث رشفات** | **يوازن جسمه أثناء الحركة و الثبات**  **الجري بشكل حر**  **الحجل**  **تنفيذ التمرينات التمثيلية** | **يتجنب اللعب تحت أشعة الشمس**  **المحافظة على السلامة أثناء اللعب**  **ضبط النفس عند الشعور بالغضب** |

****

**تحليل المحتوى**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

المبحث: التربية الرياضية عنوان الوحدة: التعبير الحركي و الايقاعي

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المفاهيم**  **والمصطلحات** | **الحقائق والتعميمات**  **والأفكار** | **المهارات** | **القيم والاتجاهات** |
| **المشي**  **الجري**  **الحبو**  **الوعي بالجسم**  **الوعي بالفراغ**  **مستويات الحركة**  **الرعاف** | * **للجري أهمية كبيرة في تنمية اللياقة البدنية.** * **يدخل الطلبة إلى المدرسة و يخرجون منا بنظام** * **يكون الجري في مساحات و سرعات مختلفة** * **يمشي على أربعة عبر الأطواق** * **تؤدي الرشاقة الى القيام بأداء الحركات الرياضية بسهوله و سرعه** | **المشي الصحيح**  **المشي فوق الأطواق**  **المشي على رؤوس الأصابع**  **المشي على الكعبين**  **التمرير السريع** | **الحفاظ على السلامة العامة**  **العزيمة و الاجتهاد اثناء ممارسة الرياضة**  **الحفاظ على مكان اللعب من خلال ترتيبه**  **اللعب بروح الفريق** |

****

**تحليل المحتوى**

**الصف : العاشر الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2025/2026**

المبحث: التربية الرياضية عنوان الوحدة: السلامة العامه

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المفاهيم**  **والمصطلحات** | **الحقائق والتعميمات**  **والأفكار** | **المهارات** | **القيم والاتجاهات** |
| **الإسعافات الأولية للّسعات (Stings First aid): تعلم خطوات الإسعافات الأولية في حالة لسعات العقارب، ولدغات الأفاعي، وقرصات الحشرات.**  **اللّدغات: أنواع من الإصابات التي تسببها الحيوانات والحشرات.** | * **تكمن أهمية الوحدة في معرفة أنواع اللدغات، وكيفية التعامل معها، وتقديم الإسعافات الأولية للمصاب.** * **يجب إسعاف الشخص المصاب بسرعة لتجنب المضاعفات الخطيرة.** * **من أعراض اللدغات الشعور بألم قد يكون شديدًا، وخدر، ووخز، وتورم بسيط، وسخونة.** * **من طرق الوقاية من اللدغات: تجنب اللعب في الأماكن المهجورة، وإزالة أكوام الصخور والأخشاب، وارتداء الملابس والأحذية المناسبة** | **مهارات نظرية: التعرف على أنواع الحشرات والزواحف السامة مثل العقرب، والأفعى، والعنكبوت، والنحلة، والدبور.**  **مهارات عملية: تطبيق خطوات الإسعافات الأولية للمصاب باللدغات، والتي تشمل: تهدئة المصاب، وتثبيت جسمه، وغسل مكان اللدغة بالماء والصابون، ووضع كمادات الثلج، والاتصال برقم الطوارئ 911** | **الحفاظ على السلامة العامة**  **العزيمة و الاجتهاد اثناء ممارسة الرياضة**  **الحفاظ على مكان اللعب من خلال ترتيبه**  **اللعب بروح الفريق** |