****

**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 الجماعيالعمل 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 الجماعيالعمل 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 الجماعيالعمل 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 الجماعيالعمل 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** |