****

**الخـــطـــة الفـــصـــلـــية**

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

**المبحث:التربية الرياضية الوحدة :التشكيلات و الأوضاع الأساسية الصفحات :6-16 عدد الحصص:10 الفترة الزمنية:24/8/2025 29/9/2025**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النتاجات** | **المواد والتجهيزات**  **(مصادرالتعلم)** | **استراتيجيات التدريس** | **التقويم** | | **أنشطةمرافقة** | **التأمل الذاتي** |
| **استراتيجية** | **أدوات** |
| **يتوقع من الطالب بعد دراسة الوحدة أن:**  **- يستوعب المفاهيم والمصطلحات الواردة بالوحدة**  **- يكتسب القيم والاتجاهات الإيجابية الواردة في الوحدة**  **- يتعرف الوقوف في تشكيلات رياضية متنوعة.**  **-يدرك أن التمارين الرياضية تنمي عضلات أجزاء الجسم.**  **-يؤدي تمرينات من أوضاع مختلفة.**  **-يتعرف الجلوس الصحيح و يدرك أهميته.** | **الكتاب المدرسي**  **كرسي**  **السبورة**  **صافرة**  **صور**  **ساحة الاصطفاف**  **كرة**  **صناديق فارغة** | **التدريس المباشر**  **التعلم من خلال النشاط**  **التعلم باللعب**  **التعلم في مجموعات** | * **المعتمد على الأداء** | **سلم تقدير عددي** | **المشاركة الفاعلة في الطابور الصباحي .** | **أشعر بالرضا عن :**  **التحديات:**  **مقترحات التحسين :** |

****

**الخـــطـــة الفـــصـــلـــية**

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

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة : ألعاب الجري الصفحات : 17-30 عددالحصص:14 الفترة الزمنية :30/10/2025 الى 19/11/2025**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النتاجات** | **المواد والتجهيزات**  **(مصادرالتعلم)** | **استراتيجيات التدريس** | **التقويم** | | **أنشطةمرافقة** | **التأمل الذاتي** |
| **استراتيجية** | **أدوات** |
| **يتوقع من الطالب بعد دراسة الوحدة أن:**  **- يستوعب المفاهيم والمصطلحات الواردة بالوحدة .**  **- يكتسب القيم والاتجاهات الإيجابية المختلفة**  **-يتعرف أهمية الجري في تنمية اللياقة البدنية.**  **-يمشي بشكل صحيح باتجاهات و ارتفاعات مختلفة**  **-يجري باتجاهات و مسارات و سرعات مختلفة بشكل صحيح.**  **-يشارك في ألعاب صغيرة بالكرات لتحسين مستوى لياقته البدنية.**  **-تعزيز روح الفريق.** | **الكتاب المدرسي**  **ساحة الاصطفاف**  **أقماع**  **حلقات دائرية**  **حبل**  **كرات**  **حبلة**  **السبورة**  **صافرة** | **التدريس المباشر**  **التعلم باللعب**  **التعلم من خلال النشاط**  **التعلم في مجموعات** | * **المعتمد على الأداء** | **سلم تقدير العددي** | **المشاركة الفاعلة في الطابور الصباحي**  **سباق جري** | **أشعر بالرضا عن :**  **التحديات:**  **مقترحات التحسين :** |

****

**الخـــطـــة الفـــصـــلـــية**

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

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة:ألعاب التوازن الصفحات:30-42 عدد الحصص:10 الفترة الزمنية :20/11/2025 الى نهاية الفصل الدراسي**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النتاجات** | **المواد والتجهيزات**  **(مصادرالتعلم)** | **استراتيجيات التدريس** | **التقويم** | | **أنشطةمرافقة** | **التأمل الذاتي** |
| **استراتيجية** | **أدوات** |
| **يتوقع من الطالب بعد دراسة الوحدة أن:**  **- يستوعب المفاهيم والمصطلحات الواردة بالوحدة**  **- يكتسب القيم والاتجاهات الإيجابية المختلفة**  **- يوازن جسمه في الحركة و الثبات.**  **-يوظف مهارات التوازن في أثناء ممارسة النشاط الحركي.**  **- يمارس القفز و الهبوط على القدم نفسها.**  **- يؤدي تمرينات عن طريق تمثيل حركة الأشياء.** | **الكتاب المدرسي**  **السبورة**  **ساحة الاصطفاف**  **صافرة**  **صور**  **كرات**  **حلقات دائرية**  **ألوان** | **التدريس المباشر**  **التعلم باللعب**  **التعلم من خلال النشاط**  **التعلم في مجموعات** | * **المعتمد على الأداء** | **سلم تقدير العددي** | **الألعاب شعبية ( الحجلة)**  **المشاركة الفاعلة في الطابور الصباحي** | **أشعر بالرضا عن :**  **التحديات:**  **مقترحات التحسين :** |

****

**تحليل المحتوى**

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

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة :التشكيلات و الأوضاع الأساسية**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المفاهيم**  **والمصطلحات** | **الحقائق والتعميمات**  **والأفكار** | **المهارات** | **القيم والاتجاهات** |
| **الرياضة**  **الانضباط**  **التشكيلات الرياضية**  **الرأس**  **الرقبة**  **الذراع**  **الساق**  **الجذع**  **الوقوف**  **جلوس التربيع**  **الرقود**  **الجثو**  **الجلوس**  **الجلوس الصحيح** | * **عند ممارسة التمارين الرياضية يتم ارتداء الملابس الرياضية النظيفة.** * **الرياضة صحة و نظام.** * **التمارين الرياضية تنمي عضلات أجزاء الجسم** * **الجثو هو الارتكاز على الركبتين** | **الجلوس الصحيح**  **تمرينات المرونة**  **تحريك الذراعين بشكل دائري**  **تنفيذ تشكيلات رياضية**  **تمارين الإحماء** | **الحفاظ على السلامة أثناء اللعب**  **الجثو**  **اللعب بأمان**  **تقدير أهمية الرياضة في الحفاظ على الصحة و بناء العضلات**  **الانتباه لكلام المعلمة** |

****

**تحليل المحتوى**

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

المبحث: التربية الرياضية عنوان الوحدة:ألعاب الجري

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المفاهيم**  **والمصطلحات** | **الحقائق والتعميمات**  **والأفكار** | **المهارات** | **القيم والاتجاهات** |
| **الأطواق**  **المشي**  **الجري**  **واسع**  **ضيق**  **صغير**  **كبير**  **ثقيل**  **خفيف**  **أدوات رياضية** | * **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** | **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 : الأول الأساسي الفصل الدراسي : الأول العام الدراسي 2026/2025**

**المبحث : التربية الرياضية عنوان الوحدة : ألعاب التوازن**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **المفاهيم**  **والمصطلحات** | **الحقائق والتعميمات**  **والأفكار** | **المهارات** | **القيم والاتجاهات** |
| **التوازن**  **التوازن الثابت**  **التوازن المتحرك**  **قواعد**  **قواعد اللعب**  **الحجل**  **تمرينات بدنية**  **تمرينات تمثيلية** | * **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** |