

دليل المعلم

1

جمهورية جيبوتي
وحدة - مساواة - سلام
وزارة التربية الوطنية والتكوين المهني

دليل التربية البدنية والرياضية للمدرسة المزدوجة

ترجمه

الأستاذ أحمد محمود عبدالقادر مدير مدرسة حسن جوليد المزدوجة ومرشد تربوي

المصادقة

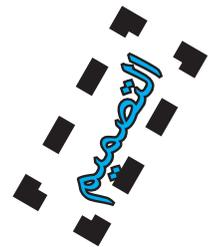
الأستاذ عبدالقادر دبد وعيس مفتش المرحلة الابتدائية

مركز البحوث والإعلام والإنتاج التربوي



2021-2022

فتحية محمد ريال



المقدمة

في عالم يتحرك باستمرار حيث تتغير الأمور بسرعة مبهرة، المدرسة في جوهر المعرفة و التعلم، المعرفة والدراية (المهارات الحياتية)، لا ينبغي أن تبقى ساكنة. يجب أن تواكب هذا الركب. يجب أن تكون على اتصال دائم مع هذه حركة وتقدم العالم الخارجي لتلبية احتياجات ومتطلبات المجتمع الذي ينتمي إليه بالكامل. كجزء من وظيفته التعليمية، يكون للنظام التعليمي مهمته لضمان جودة التعليم لجميع المتعلمين التي تمكنهم من

اكتساب ثقافة عامة ومعرفة نظرية وتطوير قدرتهم على الاندماج بفعالية في مجتمع المعرفة والإنتاج. « ضمان التعليم العادل والشامل والجيد والفرص للجميع التعلم خلال جميع مراحل الحياة » وقد مكن تنقيح المناهج الدراسية من الشروع في عهد جديد بإدخال من السنة الأولى مفاهيم المهارات الحياتية و تكنولوجيا المعلومات والاتصال في التعليم.

التربية البدنية و الرياضية و المقاربة باعتماد الكفايات المقاربة باعتماد الكفايات كما يشري إليه مدلولها تركز على الكفايات وعليه فإن المدرسة ظلت دوما تحرص على تنمية الكفايات والقدرات. ومن ثم فإن هذه الطريقة ال تضرب عرض الحائط بكل التراث البيداغوجي والثقافي الذي عرفته المدرسة إلى الان ولكنها تستند إلى ما هو قائم فتضيف إليه وتثريه. في المقاربة بالكفايات لا ينظر إلى التعلمات المنتظمة على أنها مجرد دروس تقدم الواحد تلو الآخر دون أن يكون هناك رابط كما كان الامر سابقا يتم إعدادها وتخطيطها وفق كفايات أساسية متينة وذات دلالة لدى الطفل. ولذلك تدعو بيداغوجيا الادماج إلى ضرورة إنجاز أنشطة إدماجية حقيقية للمكتسبات قبل القيام بأي شكل من أشكال التقديم. وفي التربية البدنية و الرياضية إن أفعال الحركة ال يتم دراستها بصورة منعزلة ومجزأة إذ يتم إعدادها وفق مجالات أو طائفة أفعال. ولذا فإننا نتحدث عن مجالات مثل مجال التحرك والذي يجمع جميع أفعال الحركة ذات الصلة بالتنقلات (جرى، مشى، قفز...الخ). ومجال الأخذ الذي يشمل كلام يتعلق بالفعل أخذ (مسك، استعمال، رمى...الخ) أو مجال التعبير الذي يضم كلام يتصل بالقوة المحركة التعبيرية (رقص، غنى...الخ) وكذا مجال الألعاب الجماعية الذي يحصر جميع الأفعال ذات الطابع الجماعي (تعاون، تبادل، تواصل...الخ).

توطئة

منذ انعقاد المناظرة العامة في ديسمبر ١٩٩٩ شرعت الحكومة الجيبوتية في إصلاح واسع النطاق للنظام التربوي في البلاد، مما أدى إلى وضع مخطط خماسي يضبط المسيرة التربوية خلال الفترة ما بين ٢٠٠١_٢٠٠٥ والتي تمخضت عن اقامة ملتقى تقويي للانجازات التي تحققت وذلك تحت رعاية فخامة رئيس الجمهورية. وقد تقرر إثر ذلك مواصلة العملية الإصلاحية مما أسفر عن وضع خطة ثلاثية تستمر ما بين ٢٠٠٦ - ٢٠٠٨ وقد حظيت هذه الخطة بدعم ومساندة العديد من الشركاء الفنيين والماليين. وفي إطار هذا الإصلاح الشامل فقد أسندت مهمة جديدة لمركز البحوث والاعلام تتمثل في تأليف ونشر الكتب المدرسية والأدلة البيداغوجية وفقا للمقاربة باعتماد الكفايات التي تتبناها بلادنا. وعليه فإن هذا الدليل سيوضع موضع تجريب خلال العام الدراسي ٢٠٢١ - ٢٠٢٢ إن هذا الدليل سيساعد المعلم حتما في التعامل مع السيرورة التعليمية والتعلمية ويعينه على تدريس المقررات المعتمدة بشكل أفضل. وعليه فإننا نرجو أن يستفيد المعلمون من هذه الوثيقة على النحو الأفضل وإفادة التلاميذ كما نحثهم على إبداء ملاحظاتهم وتوصياتهم من أجل تطويره وتحسينه. واخيرا إنني أتقدم بجزيل الشكر لكل من ساهم في إنجاز هذا النشاط التأليفي.

سعيد نور حسن

مدير مركز البحوث والاعلام والإنتاج

توجيهات للمعلمين

إن التربية البدنية والرياضية تلعب دورا أساسيا في المدرسة الابتدائية. إنها مادة إجبارية تتميز بالحركة وتعتبر على أنها إحدى القواعد الضرورية لتربية الطفل الصغير فضلا عن كونها عامل توازن على مدى اليوم كما أنها تشكل وسيلة قادرة على تنظيم الحياة الاجتماعية في الفصل وفي المدرسة. فبقدر ما ترافق التربية البدنية والرياضية النمو الحركي للطفل بقدر ما تساهم أيضا على البناء الشامل للطفل على كل من الجانب البدني والعقلي والعاطفي والاجتماعي.

ومن ثم فإن المدرسة ترمي من خلال تدريس هذه المادة إلى تكوين انسان سليم جسميا وعقليا وقادرا على التكيف والاستقلال ويتمتع بروح التضامن والمسؤولية.

وعند شروعا في صياغة هذا الدليل أراد المؤلف أن يضع التربية البدنية والرياضية في مكانتها المشروعة ضمن المقرر الدراسي مع التركيز على التكاملية والتفاعلية. ويلاحظ في الغالب أنها تكون في خدمة غيرها من المواد الدراسية. تهدف هذي الوثيقة إلى أن تقترح على معلمي متعددي الكفاءات والمرشحين لتطبيق المقاربة باعتماد الكفايات مايلي :

- 1- مجموعة من الوحدات التعليمية المنظمة والمتناسقة.
- 2- وضعيات تعليمية مهيأة ومناسبة لمهارات خاصة ينبغي اكسابها للتلاميذ ويمكن تقديمها بواسطة وسائل بسيطة.
- 3- تعليمات تنظيمية وتنفيذية معينة تساعد على بناء وبرمجة تدريس التربية البدنية والرياضية. سيجد المعلم في هذا الدليل تنبيهات ونصائح ونماذج لما يمكن أن يقوم به في جميع مجالات الأنشطة المقررة في البرامج. وفي مرحلة التعليمات الأساسية ويقصد بها السنتان الأولى والثانية فقد تم تحديد ثلاث كفايات لها وهي : الحركة (الجري)،المسك (الرمي)، والتعبير الجسدي (رقص، موسيقى، غناء). فيما يتعلق بالألعاب الجماعية (تنافس وتعاون) فإنها أضيفت إلى المسك بينما التقويم أدرج في حصص التعلم وأن كل ذلك يتوقف أداء المعلم للدرس. إن القريب المكلف بصياغة هذا الدليل اهتم كثيرا بترشيد المعلم إلى ملاحظة التلاميذ ويتجلى ذلك في تقديمنا له إجراءات وطرائق مماثلة في كل الممارسات البدنية الواردة في البرامج. غير أن هذه الوثيقة لا يمكن اعتبارها مصدرا مرجعيا وحيدا بقدر ماهي أداة عمل ودليل بيداغوجي يستأنس به المعلم ويوفر له قدرا من الحرية.

الفهرس

٦ المشروع التعليمي في التربية البدنية و الرياضية
٧ تنظيم الفصل
٨ نحو تعليم شامل عال الجودة
٩ التربية البدنية و الرياضية و المقاربة باعتماد الكفايات
١٠ الغلاف الزمني (الساعات المعتمدة)
١٠ الطريقة التربوية المعتمدة
١١ تأملات تربوية
١١ نصائح عملية للمعلم
	جدول الكفايات والمعارف و المهارات و الكفايات الحياتية للصفين الأول و الثاني
١٢ (١ ك و ٢ ك و ٣ ك)
١٦ التوزيع السنوي للصف الأول
١٧ التوزيع السنوي للصف الثاني
١٨ مذكرات عملية (صور)
١٩ مذكرات عملية للصف الأول + توصيات
٤٠ مذكرات عملية للصف الثاني
٥٨ الأمن والإسعافات الأولية بالصور
٦١ الوسائل التعليمية
٦٢ قاموس للمفردات
٦٤ معايير التقويم للصف الأول والثاني
٦٦ سجل متابعة الطالب

المشروع التربوي في التربية البدنية والرياضية

يعكس المشروع التعليمي التزام المنظم وأولوياته ومبادئه التربوية. وهو يحدد معنى أفعاله. يتم تطوير المشروع التعليمي من قبل المنظم. ومن الشائع لجميع حفلات الاستقبال التي ينظمها نفس الشخص أو المؤسسة التي تهدف إلى ضمان انسجام أنشطتها وفقا للنصوص الرسمية . وهو يكيّف الأهداف الوطنية مع الحالة المحلية بالتركيز على بعض المفاهيم الخاصة ببيئة العمل. وهو يتضمن بالضرورة بعدا تربويا وتعليميا ويمكن إثراءه. بالأنشطة اللاصفية . يجب أن يشارك المعلم في مشروع المدرسة: ان يستعلم ، ويحدد موقعه من المشروع ، وتحديد الإجراءات ، و تنفيذها، وتقييمها. يتم تطويره من قبل المعلم والطلاب.

المشروع المدرسي

يحدد الحالات التي هي جزء من النهج التربوي و تكييفها مع الفصل الدراسي ويؤدي إلى غرض معروف للطلاب.

وهو يأخذ في الاعتبار أهداف التعلم والمهارات التي سيتم اكتسابها المذكورة في البرامج التربوية

وهو يتيح التوضيح بين أهداف المشروع المدرسي، والبرامج المحددة لكل مرحلة / طور، والمهارات التي يتعين اكتسابها في كل مرحلة / طور.

يجب أن تحترم إيقاعات وخصوصيات الأطفال من خلال ضمان ما يلزم استمرارية الأساليب المنفذة

تنظيم الفصل

١. إدارة المساحة

يجب على المعلم التفكير في ترتيب مساحة صفه من أجل تقديم إطار عمل ممتع للطلاب ويلقى ترحيبا.

٢. ادارة الوقت

يجب على المعلم احترام البرمجة بدقة من أجل تشغيل سلس للحصص. للحصول على تنشيط جيد ، يجب على المعلم التخطيط لحصص مدتها ٦٠ دقيقة على الأقل مع العلم أن عدد الساعات اسبوعيا ساعتان.

إدارة الوسائل التعليمية

التعرف والاستخدام الرشيد للمواد المختلفة المتاحة وتطوير مهارات حياتية معينة (الدراية) من أجل تقديم الحصص بشكل جيد لتأهيل مواطن صالح.

١. مهارات الحياة

استثمار شخصي

الدراية (المعرفة)

في الواقع، المهارات الحياتية هي المهارات المكتسبة خلال حياتنا، مهارات شخصية أعمق وأكثر تطورا من خلال تجارب حية، المواهب الطبيعية أو حتى الفطرية يمكن تعزيزها مع مرور الوقت، خاصة للفرد والتي تساعد في التعبير عن أنفسهم بشكل طبيعي.

مفهوم الكفاءة لا يشير فقط إلى المعرفة والدراية (المهارات) ، كما ينطوي على القدرة على تلبية الاحتياجات المعقدة وتعبئة واستخدام الموارد النفسية والاجتماعية (بما في ذلك الدراية والمواقف) في سياق معين.

٢. تكنولوجيا المعلومات والاتصال في التعليم

هي تستخدم في جميع أنحاء الحياة المهنية والخاصة للأفراد. لذلك الأمر متروك للمدرسة لضمان أن كل تلميذ يكتسب المهارات التي تمكنه من لاستخدام هذه التكنولوجيات، وبالتالي المساهمة في تشكيل المواطنين المستقلين ذوو تفكير ناقد.

الالتزام بالبرمجة

١. ما هي البرمجة؟

البرمجة هي مشروع عمل يسمح للمعلم بمتابعة التقدم مع مرور الوقت.

٢. استخدام المحتوى المضمن في البرمجة وتوزيعها على الوقت (دورة، طور، سنة، فترة ...)

٣. محتويات البرمجة المعروضة يجب أن تكون قابلة للقراءة.

الانجاز باستخدام الأدوات التربوية المختلفة

١. مذكرات الحصص (جذاذات الحصص): من الأدوات التي تجعل من الممكن النظر للحصص بطريقة مفصلة وتعقب تقدم مراحلها.
٢. معايير التقييم: أنها تجعل من الممكن للتصديق على ما إذا كان الطالب قد دمج المعرفة المكتسبة بالمهارات الأساسية بشكل صحيح، مما يسمح له بمواصلة التعلم في الصف الأعلى.
٣. شبكة التقييم: إنها طريقة لفهم أفضل لتصنيف الطلاب و هي تسمح لتحليل آثار برنامج ما و الحكم عليه من خلال المعايير المختلفة
٤. سجل متابعة الطالب: يجعل من الممكن متابعة المسار الأكاديمي و التقويمي للطلاب من سنة إلى أخرى. وهو أداة لمراقبة وتحليل ورصد سلوك الطالب.
نحو تعليم شامل و ذي الجودة
(a) الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة :
المدرسة الشاملة هي المدرسة و بيئتها التي تضع نفسها في خدمة الطفل ذوي الاحتياجات التعليمية الخاصة. هذا هو المكان الذي يؤخذ بالاعتبار فيه كل طفل (ذوي إعاقة أم لا)، من حيث الوسائل أو تعليميا. ومن أجل الإنصاف والمساواة في التعليم، التزم بلدنا بذلك بالفعل. منذ عدة سنوات لدمج الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في نظام التعليم، وخاصة في الجانب المهني.
وزارة التربية الوطنية تبذل جهودا غير مسبوقه لتحسين التعليم في بيئة الأطفال العاديين و ذوي الإعاقة. حق جميع الأطفال في التعليم، بغض النظر عن إعاقاتهم، حق من حقوق الأطفال الأساسية. لجنة مراجعة المناهج من جانبها ركزت بشكل خاص على إدماج مبدأ التعليم الشامل لأول مرة. يتم تحديد الإدارة لجعل المدرسة الشاملة مدرسة القرن الحادي والعشرين.
ولذلك من المهم أن يولي المعلم اهتماما خاصا بهؤلاء الأطفال الذين هم الآن جزء لا يتجزأ من نظامنا التعليمي.
(b) خواص التربية البدنية و الرياضية في الأقاليم :
يفضل أن يشارك التلاميذ في كل منطقة أو إقليم في رياضة خاصة بهم تناسب محيطهم مثل:
السباحة في تجرة و أوبخ
❖ المشي في عرتا
❖ تسلق الجبال في علي صبيح و دخل
يجب على المعلم، قدر الإمكان إدخال إحدى المقترحات الثلاثة في عمله

التربية البدنية و الرياضية و المقاربة باعتماد الكفايات

المقاربة باعتماد الكفايات كما يشير إليه مدلولها ترتكز على الكفايات وعليه فإن المدرسة ظلت دوما تحرص على تنمية الكفايات والقدرات. ومن ثم فإن هذه الطريقة ال تضرب عرض الحائط بكل التراث البيداغوجي والثقافي الذي عرفته المدرسة إلى الان ولكنها تستند إلى ما هو قائم فتضيف إليه وتثريه.

في المقاربة بالكفايات لا ينظر إلى التعليمات المنتظمة على أنها مجرد دروس تقدم الواحد تلو الآخر دون أن يكون هناك رابط كما كان الامر سابقا يتم إعدادها وتخطيطها وفق كفايات أساسية متينة وذات دلالة لدى الطفل. ولذلك تدعو بيداغوجيا الادماج إلى ضرورة إنجاز أنشطة إدماجية حقيقية للمكتسبات قبل القيام بأي شكل من أشكال التقديم. وفي التربية البدنية و الرياضية إن أفعال الحركة التي يتم دراستها بصورة منعزلة ومجزأة إذ يتم إعدادها وفق مجالات أو طائفة أفعال. ولذا فإننا نتحدث عن مجالات مثل مجال التحرك والذي يجمع جميع أفعال الحركة ذات الصلة بالتنقلات (جري، مشى، قفز...الخ). ومجال الأخذ الذي يشمل كلام يتعلق بالفعل أخذ (مسك، استعمل، رمى...الخ) أو مجال التعبير الذي يضم كلام يتصل بالقوة المحركة التعبيرية (رقص، غنى...الخ) وكذا مجال الألعاب الجماعية الذي يحصر جميع الأفعال ذات الطابع الجماعي (تعاون، تبادل، تواصل... الخ).

برنامج وحدات التعلم في التربية البدنية و الرياضية

مدة وحدة التعلم مع تقييم مدمج

وحدة التعلم	الصف الأول و الثاني
الاسبوع الأول الى العاشر	الكفاية ك١
الاسبوع الحادي عشر الى العشرين	الكفاية ك٢
الاسبوع الحادي والعشرين الى الحادي و الثلاثين	الكفاية ك٣
يتم دمج حصص التقويم خلال التعلم.	



الغلاف الزمني : الطور الأول (الصف الأول و الثاني)

في الطور الأول : عدد الساعات الرسمي للصف الأول هو ساعتان حيث عدد الحصص هو حصتان لكل حصة ٦٠ دقيقة. و عدد الساعات الرسمي للصف الثاني هو ساعتان حيث عدد الحصص هو حصتان لكل حصة ٦٠ دقيقة.

النهج التربوي المعتمد

يتمثل النهج التربوي المقترح- أن نجعل الطفل في وضعية تمكنه من استجاباته الذاتية المحركة استنادا إلى معلومات يكون قادرا على جمعها ومعالجتها وإعادة توظيفها في وضعيات أخرى مماثلة أو مختلفة وإما مهذبة أو معقدة وذلك بفضل مستوى نموه ورغباته

تأملات تربوية

يجب أن يكون التخطيط قادرا على إنشاء ألعاب حركية وحسية على حد سواء ، على سبيل المثال، علينا أن نفكر في وضع المقاعد التي يمكن للأطفال الجلوس عليها والتحدث والتواصل، أماكن هادئة و صغيرة أو كبيرة يمكن أن تتعايش في تكافل، يجب أن يكون التخطيط لعدد كاف لتجنب تراحم والاندفاع إلى نفس المكان.

نصائح عملية للمعلم

عندما تبدأ في مهنة التدريس أو التدريس التربية البدنية و الرياضية أو عندما لا تشعر بعدم الارتياح عند تدريس نشاط بدني و رياضي أو فني ليس من السهل معرفة ما سيتم تقديمه للطلاب. ثم نميل الى النظر او البحث عن وضعيات مرحة و التي تسمح للطلاب بتمتع بالنشاط لذلك نوصي :

❖ الإكثار و تفضيل النشاطات المرحة و المسلية

❖ الحفاظ على سلامة الطلاب و الوسائل (الأدوات)

❖ ارتداء الملابس المناسبة أثناء الأنشطة في الهواء الطلق

❖ امتلاك المعدات الخاصة بك

❖ أن تكون مبتكرا

❖ تعزيز تماسك المجموعة (المساواة بين الجميع)

❖ العمل على نجاح جميع الطلاب الخ

المعارف و المهارات و المهارات الحياتية

الصف الأول		
الكفاءة ١: في وضعية ذات دلالة للتلميذ، يتم فيها إنتاج تنقلات متنوعة في اتجاهاتها وفي أشكالها ومددها، وكثافتها، وتكون مناسبة لمستلزمات المساحة.		
المعارف	المهارات	المهارات الحياتية
<p>أمام خلف يسار يمين فوق تحت داخل خارج. الاتجاه:</p>	<p>إلى الأمام إلى الخلف ❖ الركض بسرعة متفاوتة ومتنوعة مع مساندات متنوعة يي كل الاتجاهات مع احتساب العوامل الخارجية ❖ القفز برجل واحدة، برجلين مع اتخاذ مسافة بني الرجلين أو من دونها. ❖ القفز من فوق موانع صغيرة) عمودية أفقية). ❖ القفز بعيدا أكثر والقفز أعلى أكثر ❖ تجاوز الموانع</p>	<p>❖ تجاوز الذات ❖ احترام تعليمات السلامة ❖ الاستماع و احترام التعليمات ❖ أخذ المبادرة</p>
<p>مام أو قدام خلف فوق الجانب</p>	<p>❖ التوازن على الدعامات شيئا فشيئا حتى الوصول إلى عدد أكبر و بمساحة أضيق ❖ لتفاعل مع إشارة الانطلاق أو إيقاف اللعب.</p>	

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ، يتم فيها القيام بالرمي أو المسك مطابقة لأشياء والهدف.

المعارف	المهارات	المهارات الحياتية
<ul style="list-style-type: none"> ❖ المسافة (بعيد- قريب...). ❖ الارتفاع (الأعلى ، الأسفل) ❖ الاتجاه (الى الامام ، الى الخلف ، الى الجانب) 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ مراقبة شريك وتقليد حركة معينة ❖ رمي الشيء بالشيء أو المرمى بحركة مناسبة. ❖ الرمي باتجاه المرمى (بعيدا ، عاليا ، الى نقطة محددة) ❖ مسك أشياء متدرجة أو متوتبة (تقفز) و تجاوز الموانع 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ حسن الاستماع والإصغاء مع احترام التعليمات و قواعد اللعب. ❖ أخذ المبادرة

الكفاءة ٣: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم من خلالها إنتاج أو إعادة الإنتاج الأشكال جسمية بسيطة متناسبة مع إيقاع صوتي أو مع ذات معني (شخص- حيوان- جماد)

المعارف	المهارات	المهارات الحياتية
<ul style="list-style-type: none"> ❖ إيقاع صوتية متباينة • موسيقى • رقص • الغناء • إيقاع متوازن. ❖ المبادرة بتعليم الرقصات الشعبية المختلفة 	<ul style="list-style-type: none"> اختراع وتقليد أو إعادة القيام بأشكال جسمية بسيطة وتحقيق أشكال بدنية وتنقلات ملائمة مع موقف (سيناريو- محاكاة) مع إيقاع غنائي أو موسيقى الربط بني الأفعال والتنقلات مع شريك أو اثنين. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ حسن الاستماع والإصغاء مع احترام التعليمات و قواعد اللعب. ❖ أخذ المبادرة ❖ احترام تعليمات السلامة



الصف الثاني		
الكفاءة ١: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم فيها أداء أفعال ملائمة لوسط أو بيئة مهياة لما يقوم به شركاؤه وخصومه مع تطبيق قواعد اللعبة.		
المعارف	المهارات	المهارات الحياتية
❖ استخدام الوسائل (أطواق- علبة- كرة النرش الخشبية... الخ) ❖ معرفة قواعد اللعبة و استخدام المفردات المناسبة (الاتجاه ، احترام المسارات ، الموانع)	إلى الأمام إلى الخلف ❖ تنويع اتجاهات الجري وسرعته وفق حدود الساحة والمدة الزمنية للتمرين ❖ تحوير اتجاهات الجري للمسك أو اللحاق بالخصم وتفاديه، ومراوغته والتغلب عليه. ❖ الجري مع تجاوز أو تفادي الموانع ❖ تكيف الفقرات حسب المواقع) الارتفاع، الأشكال والطول...)	❖ تجاوز الذات ❖ احترام قواعد اللعبة ❖ احترام الشركاء أو الخصوم ❖ أخذ المبادرة ❖ قبول تغيير الأدوار
مام أو قدام خلف فوق الجانب	❖ التوازن على الدعامات شيئاً فشيئاً حتى الوصول إلى عدد أكبر وبمساحة أضيق	

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ ليكون قادرا على الرمي وإمساك أشياء متنوعة بحضور الخصوم و الشركاء. التعاون مع شركائه للفوز بلعبة ذات قواعد بسيطة

المعارف	المهارات	المهارات الحياتية
<ul style="list-style-type: none"> ❖ الاتجاه (مرمى، سلة، شبكة) ❖ معرفة القواعد البسيطة للعبة ❖ استخدام الوسائل و المساحة بشكل متدرج ❖ التعرف على المراوغة و الارتداد 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ اختيار حركة مناسبة للرمي بعيدا أو عاليا منفردا أو مع شريك ❖ الرمي صوب هدف متحرك أو ثابت ❖ استعمال أشياء متدحرجة أو متوثبة أو طائرة، كرة وسائل كروية. قارورة ... الخ.. ❖ جعل الطفل يقفز بإيقاع واقفا أو متحركا 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ احترام قواعد اللعب. ❖ التعاون ❖ المساهمة ❖ المشاركة ❖ القدرة على الملاحظة ❖ احترام الشركاء أو الخصوم ❖ تحديد دوره في المجموعة ❖ أخذ المبادرة

الكفاءة ٣: في وضعية ذات دلالة للتلميذ لأداء أشكال جسمية بسيطة ملائمة لسند صوتي أو لفعل إحساس فكرة، سرد أو انفعال

المعارف	المهارات	المهارات الحياتية
<ul style="list-style-type: none"> استعمال الفضاء بشكل متدرج : الساحة، دائرة.. الخ • الإيقاع، النغم، الإحساس، الانفعالات. • رقص • الغناء • إيقاع متوازن و استخدام مفردات مناسبة ❖ المبادرة بتعليم الرقصات الشعبية و الحديثة المختلفة 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ أداء مواقف وحركات دالة متصلة بانفعال أو إحساس. ❖ تجسيد جسمي حركي لفكرة أو قصة. ❖ التنسيق بني الحركات والتنقلات مع الشركاء في رقصة تقليدية بسيطة أو حديثة أو عصرية. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ القدرة على الاستماع و الملاحظة أو تقييم الإنتاج. ❖ التنسيق ❖ الابتكار و التشجيع ❖ احترام القواعد و تعليمات السلامة

التوزيع السنوي الصف الأول

الموضوع	الكفاءات	الأسابيع	الأهداف
التنقل (التحرك)	في وضعية ذات دلالة للتلميذ، يتم فيها إنتاج تنقلات متنوعة في اتجاهاتها وفي أشكالها ومددها، وكثافتها، وتكون مناسبة لمستلزمات المساحة المعدة و للشركائه و خصومه مع احترام قواعد اللعب	الاسبوع الأول الى الاسبوع العاشر	المذكرة ١ الى المذكرة ٤
الرمي - الامسك	بالرمي أو الإمسك مطابقة لأشياء والهدف.	الاسبوع الحادي العشر الى الاسبوع العشرين	المذكرة ١ الى المذكرة ٤
تجسيد حركي	إنتاج أو إعادة الإنتاج الأشكال جسمية بسيطة متناسبة مع إيقاع صوتي أو مع ذات معني (شخص - حيوان - جماد)	الاسبوع الحادي العشرين الى الاسبوع الحادي و الثلاثين	المذكرة ١ الى المذكرة ٢

التوزيع السنوي الصف الثاني

الموضوع	الكفاءات	الأسابيع	الأهداف
التنقل (التحرك)	أداء أفعال ملائمة لوسط أو بيئة مهيأة لما يقوم به شركاؤه وخصومه مع تطبيق قواعد اللعبة.	الاسبوع الأول الى الاسبوع العاشر	المذكرة ١ الى المذكرة ٤
الرمي - الامسك	على الرمي وإمسك أشياء متنوعة بحضور الخصوم و الشركاء. التعاون مع شركائه للفوز بلعبة ذات قواعد بسيطة.	الاسبوع الحادي العشر الى الاسبوع العشرين	المذكرة ١ الى المذكرة ٤
تجسيد حركي	أداء أشكال جسمية بسيطة ملائمة لسند صوتي أو لفعل إحساس فكرة، سرد أو انفعال	الاسبوع الحادي العشرين الى الاسبوع الحادي و الثلاثين	المذكرة ١ الى المذكرة ٢
معايير التقويم			
المعايير ١	الملائمة بالنسبة للتعليمية		
المعايير ٢	المشاركة والتواصل		
المعايير ٣	جودة الأداء		
المعايير ٤	استخدام المساحة والمعدات		



مذكرات فطية (الحلقة الأولى)



مذكرات نمطية (عملية)

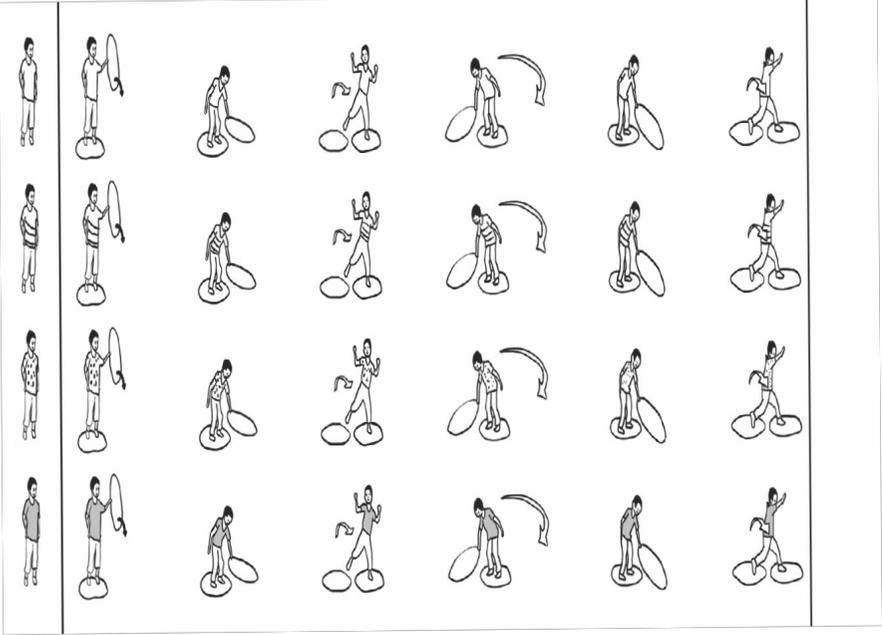
توصيات

تتناول المذكرات التي تم تطويرها في هذا الدليل المواضيع المختارة في السنة الأولى وتحترمها، وفقا للمناهج الدراسية المعمول بها. لتنفيذ الأنشطة المقترحة في هذه مذكرات وسيكون بمثابة نموذج.

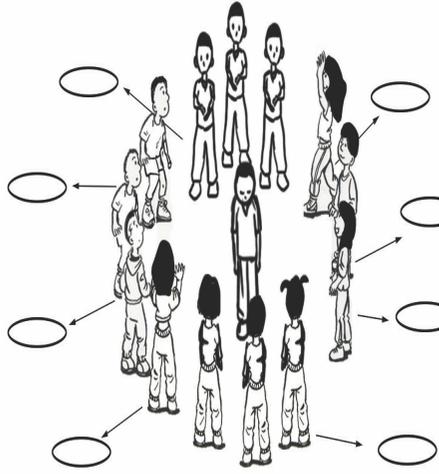
من الضروري ان:

- ❖ تكييف المذكرات مع إمكانيات كل صف
- ❖ احترام ترتيب المذكرات
- ❖ الاستلها من هذه المذكرات لإعداد مذكرات المعلم الخاصة. لهذا، قائمة من الألعاب و وضعيات تقوية تم اقتراحها لكل مجال من مجالات العمل للمعلم في الملحق
- ❖ إعطاء الأفضلية للمعدات الموجودة المصنعة من قبل الأطفال (انظر جدول المواد).
- ❖ الحفاظ على سلامة الطلاب: يجب أن يكون هذا هو الشاغل الرئيسي لأي معلم في حصة التربية البدنية و الرياضية.

الكفاءة ١: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم فيها إنتاج تنقلات متنوعة في اتجاهاتها وفي أشكالها ومددتها وكثافتها، وتكون مناسبة لمستلزمات المساحة.

سير الدرس			
ملاحظات	رسومات	المحتوى	الخطوات الدرس
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات بين الحلقات و الاشارات 		<p>الوضعية ١: تجاوز النهر</p> <p>الهدف: تجاوز النهر مع الاخذ بالاعتبار البقاء في المنطقة المحددة</p> <p>المهمة: يتم تقسيم الفصل الى ٤ فرق. مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الأول من كل فريق بالتحرك (القفز) الى الحلقة الأولى (زرقاء) و في يده حلقة حمراء. توضع الحلقة الحمراء امام التلميذ. بعد التموضع داخل الحلقة الحمراء، يقوم التلميذ برفع الحلقة الزرقاء و وضعها امامه و القفز اليها، يقوم التلميذ بأكمل طريقه لتجاوز النهر.</p> <p>التعليمة: الانتباه لتعليمات و اشارات المعلم و عدم القاء الحلقات على الأرض</p>	<p>وضعية القطار ٧٠٥ دقائق</p>
		الجزء الاساسي	

سير الدرس		خطوات الدرس	المدة	المحتوى
ملاحظات	رسومات	الوضعية ٢: الذئب و المعاز الهدف: الركض سريعاً لتفادي الامسك المهمة: التلاميذ الذين يمثلون دور المعاز يشكلون دائرة و التلميذ الممثل لدور الذئب يقف في وسطها، يتم تهيئة مناطق امنة داخل الدائرة (استخدام الحلقات) بعدد أقل بواحد من عدد المعاز. عند اشارة المعلم (٢، ١ ثم ٣) تركض المعاز باتجاه الحلقات ، الذئب يقوم بالامسك باحدهم و الذي بالتالي سيقوم بدور الذئب في المرة الكل تلميذ يلعباً المنطقة الامنة (الحلقة) الأقرب • لكل تلميذ حلقة واحدة فقط • التدافع ممنوع • يشكل التلاميذ الدائرة عبر الامسك بأيدي بعضهم البعض	٤٥ - ٥٠ دقيقة	الجزء الاساسي
			٧٠٠ دقائق	العودة الى الهدوء
				جمع الوسائل حول أفضل تقنية للنقل اعلان الفريق الفائز



مذكرة نظمية للصف الأول رقم ٢

الكفاءة ١: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم فيها إنتاج تنقلات متنوعة في اتجاهاتها وفي أشكالها ومددها وكثافتها، وتكون مناسبة لمستلزمات المساحة.

سير الدرس			خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المحتوى	المدة
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات بين الحلقات و الاشارات 		<p>يتحرك التلاميذ في الساحة بحرية، المعلم يذكر رقما فيقوم التلاميذ بتمثيل الحركة أو الموقف المناسب لها</p> <ol style="list-style-type: none"> ١ الوقوف ٢ الجلوس ٣ الوقوف بشكل ثنائي مع زميل (تشكيل ثنائيات) ٤ الجثوم على الركبتين 	٧-٥ دقائق
		<p>الوضعية ١: المسار</p> <p>الهدف: المحافظة على النسق من أجل الفوز</p> <p>المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين. مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الأول من كل فريق بالتحرك (الجري) عبر المسار المحدد متجاوزا الحواجز (الحجارة) و العودة الى نقطة البداية بأسرع ما يمكن للفوز.</p> <p>التعليمة:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الجري بأسرع ما يمكن • عدم لمس الحواجز (الحجارة) <p>الوسائل:</p>	

ملاحظات	رسومات	المحتوى	المدة	خطوات الدرس
		<p>نتخطيط الساحة</p> <p>• الحواجز</p> <p>الوضعية ٢: المنتقلون (الرحل)</p> <p>الهدف: نقل أكبر عدد من الوسائل (المعدات)</p> <p>المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين. مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الأول من كل فريق بالتحرك (الجري) لنقل أكبر عدد ممكن من المعدات بين حلقتي بينهما حاحز يقوم التلميذ بتجاوزه.</p> <p>التعليمة:</p> <ul style="list-style-type: none"> • نقل المعدات واحدة واحدة في كل مرة • التدافع ممنوع <p>الوسائل:</p> <ul style="list-style-type: none"> • معدات سهلة النقل (كرة، كرتونة، مساحة السبورة الخ) • اعداد مسارات مناسبة 	٤٥ - ٥٠ دقيقة	الجزء الاساسي
		<p>النقاش</p> <p>جمع الوسائل</p> <p>حول أفضل تقنية للنقل</p> <p>اعلان الفريق الفائز</p>	٧٠٥ دقائق	العودة الى الهدوء

مذكرة نظية للصف الأول رقم ٣

الكفاءة ١: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم فيها إنتاج تنقلات متنوعة في اتجاهاتها وفي أشكالها ومددها وكثافتها، وتكون مناسبة لمستلزمات المساحة.

سير الدرس		المحتوى	المدة	خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	الوضعية ١: المسار الهدف: المحافظة على النسق من أجل الفوز المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين. مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الأول من كل فريق بالتحرك (الجري) عبر المسار المحدد متجاوزا الحواجز (الحجارة) و العودة الى نقطة البداية بأسرع ما يمكن للفوز. التعليمة: • الجري بأسرع ما يمكن • عدم لمس الحواجز (الحجارة):	٧-٥ دقائق	وضعية القطار
ملاحظات	رسومات	الوضعية ١: المسار الهدف: المحافظة على النسق من أجل الفوز المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين. مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الأول من كل فريق بالتحرك (الجري) عبر المسار المحدد متجاوزا الحواجز (الحجارة) و العودة الى نقطة البداية بأسرع ما يمكن للفوز. التعليمة: • الجري بأسرع ما يمكن • عدم لمس الحواجز (الحجارة):	٧-٥ دقائق	وضعية القطار
ملاحظات	رسومات	الوضعية ١: المسار الهدف: المحافظة على النسق من أجل الفوز المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين. مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الأول من كل فريق بالتحرك (الجري) عبر المسار المحدد متجاوزا الحواجز (الحجارة) و العودة الى نقطة البداية بأسرع ما يمكن للفوز. التعليمة: • الجري بأسرع ما يمكن • عدم لمس الحواجز (الحجارة):	٧-٥ دقائق	وضعية القطار

سير الدرس		خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المحتوى
		<p>الجزء الاساسي</p> <p>0٠ - ٤٥ دقيقة</p> <p>الوسائل: تخطيط الساحة الحواجز كوب مليء بالرمل الوضعية ٢: لعبة الوشاح الهدف: أخذ الوشاح دون التعرض للمس المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين. يعطى التلاميذ ارقام بدأ بواحد و يقفون صفا مقابل بعضهم البعض ينادي المعلم رقما واحدا أو عدة أرقام، لاحتراز النقاط يقوم التلاميذ بالتحرك سريعا للحصول على الوشاح الموجود بين الفريقين على الارض و العودة بأسرع ما يمكن التعليمية: • الانتباه لاشارة المعلم • ان يكون التلميذ سريعا • التدافع ممنوع الوسائل : • حلقات ، وشاح ، حواجز</p>
		العودة الى الهدوء ٧-٥ دقائق
		<p>النقاش حول</p> <p>جمع الوسائل أفضل تقنية للنقل اعلان الفريق الفائز</p>

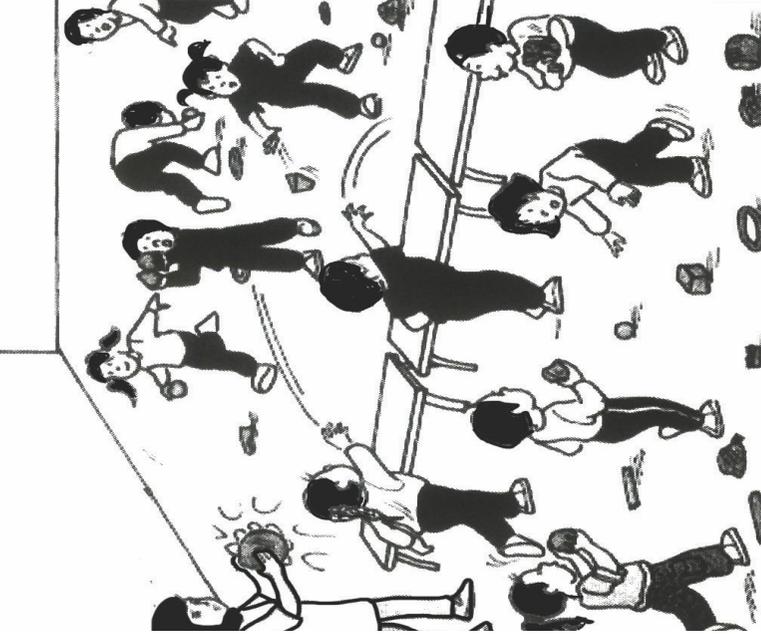
الكفاءة ١: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم فيها إنتاج تنقلات متنوعة في اتجاهاتها وفي أشكالها ومددتها وكثافتها، وتكون مناسبة لمستلزمات المساحة.

سير الدرس		المحتوى	المدة	خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المحتوى	٧-٥ دقائق	وضعية القطار
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات بين الحلقات و الاشارات 		<p>لوضعية ١: التتابع الهدف: الجري سريعا مع عصا التتابع المهمة: يتم تقسيم الفصل الى ٤ فرق مع وضعهم في مسارات مختلفة</p> <p>مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الأول من كل فريق المتواجد داخل حلقة بالتحرك (الجري) عبر المسار المحدد ويبيده عصا التتابع يوضع عليها كوب - قارورة - حجر متجاوزا الحاجز و العودة ويسلم العصا للتلميذ التعليمية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الانتباه لإشارة المعلم • احترام المسار المحدد و عدم لمس الحاجز • الاحتفاظ بعصا التتابع للنهاية و تسليمها للتلميذ التالي 		

ملاحظات		رسومات	سير الدرس	المحتوى	المدة	خطوات الدرس
				<p>الوسائل: تخطيط الساحة الحواجز الوضعية ٢: الدجاج و الثعالب و الأفاعي الهدف: التحرك (التنقل) دون ان يتم الامساك به المهمة: يتم تقسيم الفصل الى ٣ فرق. و يتمركزون به مناطق مختلفة حسب الوشاح الفريق ١ : الدجاج (الوشاح على الجبهة)، الفريق ٢: الثعالب (الوشاح يعلق على ظهر التلميذ) الفريق ٣: الافاعي (الوشاح يعلق على الساعد) في بداية اللعبة حيث كل فريق في معسكره ، وعند اشارة المعلم يقوم اعضاء فريق الافاعي بمحاولة الامساك بأعضاء فريق الثعالب الذي بدوره يحاول الامساك بأعضاء فريق الدجاج. فريق الدجاج يحاول الامساك بفريق الافاعي. عند الامساك باحد اعضاء الفرق الاخرى يقوم باحضاره لمعسكر فريقه. التعليمية: • الانتباه لاشارة المعلم • التدافع ممنوع الوسائل : • حلقات ، أوشحة ، حواجز</p>	٥٠ - ٤٥ دقيقة	الجزء الاساسي
				<p>جمع الوسائل هذه اللعبة اعلان الفريق الفائز</p>	٧-٥ دقائق	العودة الى الهدوء

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ، يتم فيها القيام بالرمي أو المسك مطابقة لأشياء والهدف.

مذكرة فطية للصف الأول رقم ٥

سير الدرس		خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المدة
<p>ملاحظات</p> <ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات • بين الحلقات و الاشارات 		<p>7-٥ دقائق</p> <p>وضعية القطار</p>
		<p>المحتوى</p> <p>يقوم التلاميذ بالجرى في جميع الاتجاهات لبطعة دقائق دون الخروج من الساحة</p> <p>- عمليات الاحماء و الاطالة</p> <p>الوضعية ١: خلصني من الفئران</p> <p>الهدف: القضاء الأشياء لتسقط في منطقة محددة</p> <p>المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين مع فصلهم باستخدام طاولات مع اشارة المعلم يقوم التلاميذ بجمع اغطية قاوارير المياه (او أي اشياء اخرى تحدد لهم) و القذف بها لمنطقة الفريق المنافس ، الفريق الفائز هو الفريق الذي تحوي منطقه اقل عدد من المقذوفات (الاشياء)</p> <p>التعليمة:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الانتباه لإشارة المعلم • احترام المسار المحدد و عدم تجاوز الحاجز (الطاولات)

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ، يتم فيها القيام بالرمي أو الإمساك مطابقة لأشياء والهدف.

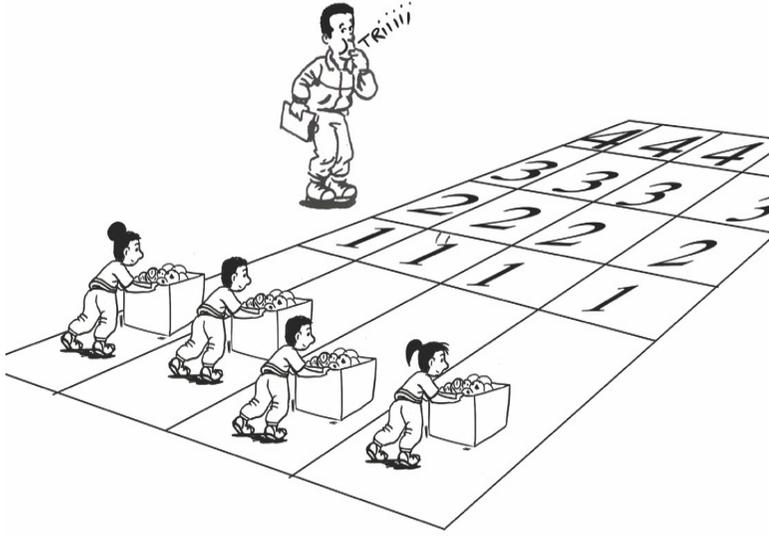
مذكرة نظمية للصف الأول رقم ٦

سير الدرس			خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المحتوى	المدة
<p>ملاحظات</p> <ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات • بين الحلقات و الاشارات 		<p>يتحرك التلاميذ في الساحة بحرية، المعلم يذكر رقما فيقوم التلاميذ بتمثيل الحركة أو الموقف المناسب لها</p> <ol style="list-style-type: none"> ١. الوقوف ٢. الجلوس ٣. الوقوف بشكل ثنائي مع زميل (تشكيل ثنائيات) ٤. الجثوم على الركبتين <p>الوضعية ١: الرمي الهدف: الرمي داخل صندوق (كرتون) المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين مع فصلهم مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الاول من كل فريق ياخذ شيء (كرة تنس) الموجودة في السلة و رميها في الكرتون الخاص بفريقه و يعطي الفرصة للتلميذ الذي يليه مع اشارة المعلم الثانية تقف اللعبة و يبدأ عد الكرات في المرتون - الفريق الفائز هو الذي نجح في وضع ٤ كرات في كرتونه</p> <p>التعليمة:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الانتباه لإشارة المعلم • اصابة الهدف و انتظار الدور 	٧-٥ دقائق

سير الدرس		خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المحتوى
		<p>الوسائل: كرتونات كرات تنس مساحات السبورة الوضعية ٢: الرمي الدقيق الهدف: رمي الدقيق المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين يقفون على خط واحد يقوم التلميذ الأول من كل فريق برمي كرة التنس على هدف محدد (مربع على الجدار) بيد واحدة ثم يقف في اخر الصف. كل تلميذ عليه الرمي ٣ مرات على الهدف للفوز. التعليمية: • الانتباه لاشارة المعلم • اصابة الهدف - انتظر دورك الوسائل : • حلقات ، كرات تنس ، حواجز ، طباشير</p>
		<p>العودة الى الهدوء ٧-٥ دقائق</p>
		<p>النقاش حول جمع الوسائل هذه اللعبة اعلان الفريق الفائز</p>

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ، يتم فيها القيام بالرمي أو المسك مطابقة لأشياء والهدف.

مذكرة نظمية للصف الأول رقم ٧

سير الدرس		المحتوى	المدة	خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المحتوى	٧-٥ دقائق	وضعية القطار
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات • بين الحلقات و الاشارات 		<p>يقوم التلاميذ بالجري في جميع الاتجاهات لبضعة دقائق دون الخروج من الساحة</p> <p>عمليات الاحماء و الاطالة</p> <p>الوضعية ١: لعبة الشاحنات</p> <p>الهدف: الرمي بأقصى قوة ممكنة</p> <p>المهمة: يتم تقسيم الفصل الى ٤ فرق و تخطيط الساحة الى ٤ مناطق مرقمة من ١ الى ٤. مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الاول من كل فريق بدفع كرتون مليء بالكرات أو الاشياء الى اقصى نقطة ممكنة، الفريق الذي يتجاوز المنطقة الرابعة هو الفائز.</p> <p>التعليمة:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الانتباه لإشارة المعلم • انتظار الدور احترام المسار 		

سير الدرس			خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المحتوى	العودة الى الهدوء
		<p>الوسائل: كرتونات كرات تنس الساحة الوضعية ٢: لعبة تمرير الكرة باليد الهدف: رمي و استلام الكرة المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين يقفون مقابل بعضهم البعض مع اشارة المعلم يتبادل اعضاء الفريقين كرة التنس باليد، كل تلميذ يرسل تمريرة للفريق المنافس ثم يعود للخلف، الفريق الخاسر هو الذي يسقط الكرة اكثر من منافسه.</p> <p>التعليمية: • الانتباه لاشارة المعلم • اصابة الهدف - انتظر دورك الوسائل : • حلقاات ، كرات تنس ، حواجز ، الساحة</p>	٥٠ - ٤٥ دقيقة
		جمع الوسائل اعلان الفريق الفائز	٧-٥ دقائق

مذكرة نظمية للصف الأول رقم ٨

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ، يتم فيها القيام بالرمي أو المسك مطابقة لأشياء والهدف.

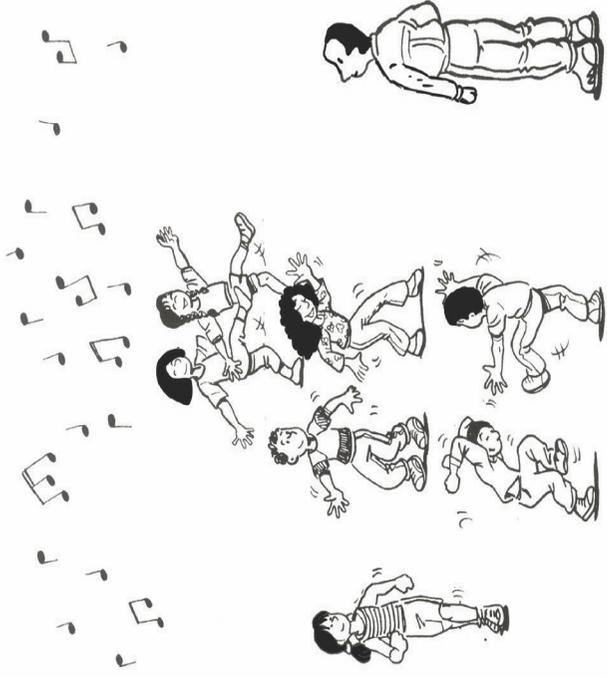
سير الدرس		خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المدة
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات • بين الحلقات و الاشارات 		<p>وضعية القطار</p> <p>٧٠٥ دقائق</p>
		<p>المحتوى</p> <p>يتحرك التلاميذ في الساحة منفردين، المعلم يذكر رقما فيقوم التلاميذ بإعادة تجميع صفوفهم في أقرب وقت ممكن ثانياً ثم في ثلاث و ٤ و ٥. الفرق التي لا تملك عدد مطلوب يتم اخراجهم من اللعبة</p> <p>الوضعية ١: كسب الملعب الهدف: الرمي لأبعد نقطة ممكنة المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين ، مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الاول من كل فريق برمي لكرات أو الاشياء الى ابعد نقطة ممكنة في المنطقة المحددة، الفريق الذي يرمي لأبعد نقطة هو الفريق الفائز. التعليمة: • الانتباه لإشارة المعلم • انتظار الدور الرمي في الاتجاه الصحيح</p>

سير الدرس		خطوات الدرس	العودة الى الهدوء
ملاحظات	رسومات	المحتوى	7-0 دقائق
		<p>الجزء الاساسي</p> <p>٤٥ - ٥٠ دقيقة</p> <p>الوسائل: كرتونات كرات ثقيلة الساحة</p> <p>الوضعية ٢: لعبة الرمي الهدف: الرمي بدقة المهمة: يتم تقسيم الفصل الى ٤ فرق و يخطط الساحة الى ٤ مسارات مرقمة من ١ الى ٤ و في نهاية المسار توضع قوارير مياه فارغة . مع اشارة المعلم يقف التلميذ في المنطقة ١ و يبدأ الرمي اذا لم يصب الأهداف الأربعة يقرب بالوقوف في المنطقة ٢ و يعيد المحاولة . التلميذ الذي يفشل في اصابة الاهداف يخرج من اللعب. التعليمية: • الانتباه لاشارة المعلم • انتظار الدور الوسائل : • حلقات ، كرات تنس ، حواجز ، الساحة ، القوارير</p>	جمع الوسائل تشجيع التلاميذ الممتازين

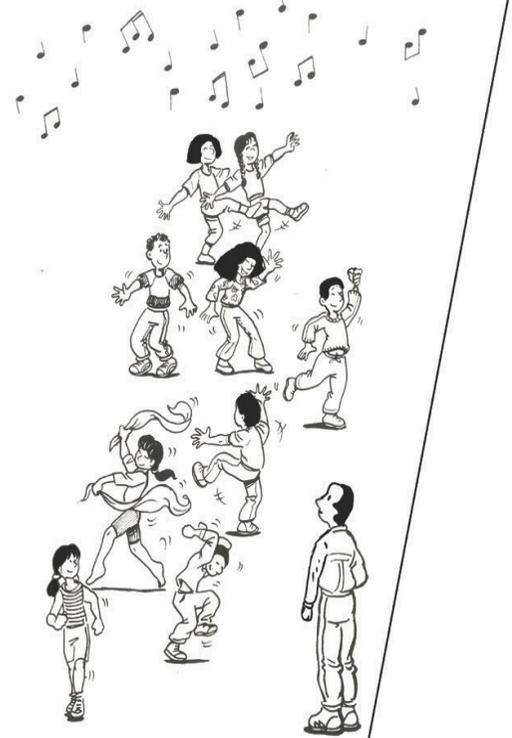
الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ، يتم فيها القيام بالرمي أو المسك مطابقة لأشياء والهدف.

مذكرة نظمية للصف الأول رقم ٩

سير الدرس		خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المحتوى
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة 		<p>يتحرك التلاميذ في الساحة منفردين، المعلم يذكر رقما فيقوم التلاميذ بإعادة تجميع صفوفهم في أقرب وقت ممكن ثانياً ثم في ثلاث و ٤ و ٥ الفرق التي لا تملك عدد مطلوب يتم اخراجهم من اللعبة</p> <p>الوضعية ١: كسب الملعب الهدف: الرمي لأبعد نقطة ممكنة المهمة: يتم تقسيم الفصل الى فريقين ، مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الاول من كل فريق برمي لكرات أو الاشياء الى ابعد نقطة ممكنة في المنطقة المحددة، الفريق الذي يرمي لأبعد نقطة هو الفريق الفائز. التعليمة: • الانتباه لإشارة المعلم • انتظار الدور الرمي في الاتجاه الصحيح</p>
		<p>المدة ٧-٥ دقائق</p> <p>وضعية القطار</p>

سير الدرس			
ملاحظات	رسومات	المحتوى	
		<p>الوضعية ٢: الرقص مع التنقل الهدف: التعبير بالرقص و التنقل المهمة: يقف التلاميذ صفا افقيا حيث يستفيد المعلم من الحركات المختارة في الوضعية ١ و يطلب منهم اعادتها مع ان يتحركوا (للامام ، للخلف، للجانب ، اليد لاعلى - اليد لاسفل، صفق الخ). التعليمية: • الاتبعاد عن الخجل - ان يحاولوا التفاهم - ان يبقوا معا • احترام المقدمي العرض (الراقصين) و الانتباه لحركاتهم الوسائل : الساحة و تخطيطها بشكل مناسب</p>	<p>خطوات الدرس</p> <p>الجزء الاساسي</p>
		<p>المدّة</p> <p>٤٥ - ٥٠ دقيقة</p>	

الكفاءة ٣: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم من خلالها إنتاج أو إعادة الإنتاج الأشكال الجسمية بسيطة متناسبة مع إيقاع صوتي أو مع ذات معني (شخص - حيوان - جماد)

سير الدرس		خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المحتوى
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة 		<p>يقوم التلاميذ بالجري في جميع الاتجاهات لبضعة دقائق دون الخروج من الساحة</p> <p>الوضعية ١: البيت الهدف: الرقص في مساحة ثم الانتقال لآخر المهمة: يفضل ان يبدأ نصف الفصل الرقص و النصف الآخر متفرج. احدي المساحتين يوضع بها وشاح و يرقص التلاميذ فيها رقصا من التراث العفري و عند ايقاف الموسيقى يتوقفون و ينتقلون للمساحة الأخرى لرقص من التراث الصومالي</p> <p>التعليمية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الابتعاد عن الخجل و الانتباه لحركاتهم الراقصين • عدم الاستعجال
		<p>المدة</p> <p>٧-٥ دقائق</p> <p>وضعية القطار</p>

مذكرة نمطية للصف الأول رقم ١٠

سير الدرس			
ملاحظات	رسومات	المحتوى	المدّة
		<p>الوسائل: الساحة و تخطيطها بشكل مناسب (مساحتين احدى يوضع بها وشاح) الوضعية ٢: الموسيقى الهدف: ان يغير اسلوب الرقص بين الرتم و الموسيقى المهمة: في البداية يقف التلاميذ ثابتين ثم يقومون بالرقص دون التنقل مستخدمين الارجل ، ثم يستخدمون الأذرع. التعليمة: • الابتعاد عن الخجل - عدم الاستعجال • الانتباه لحركات الراقصين الوسائل : الساحة و تخطيطها بشكل مناسب</p>	<p>الجزء الاساسي ٤٥ - ٥٠ دقيقة</p>

الكفاءة ١: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم فيها أداء أفعال ملائمة لوسط أو بيئة مهيأة لما يقوم به شركاؤه وخصومه مع تطبيق قواعد اللعبة.

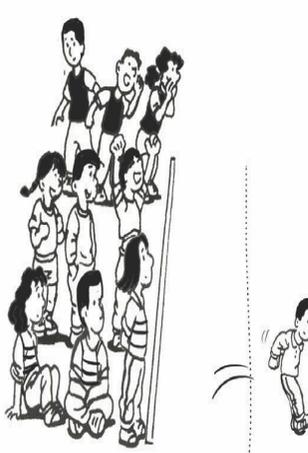
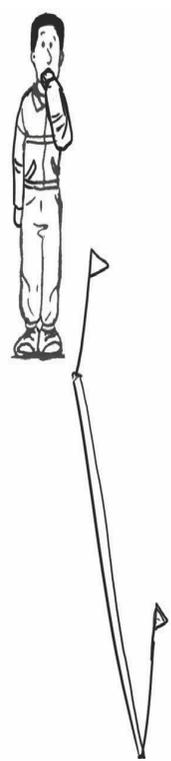
سير الدرس		خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المدة
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات بين الحلقات و الاشارات 		<p>وضعية القطار ٧٠٥ دقائق</p>
		<p>المحتوى</p> <p>الاحماء : المشي حول الملعب في الصف أو على شكل أعمدة. تنفس : شهيق و زفير</p> <p>الوضعية ١ : لعبة الفأر و القطة الهدف: الركض مع تغيير اتجاه الأشكال والسرعة في وسط مجهز له. المهمة: يتم تقسيم الفصل الى مجموعتين (مجموعة الفئران و مجموعة القطط). هذه اللعبة تلعب بشكل ثنائيات (قطة و فأر) مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الأول (الفأر) بالهرب من التلميذ الأخر (القطة) متجاوزا الحواجز الموضوعة على المسار - الفأر الذي لم يمسك أو يلمس يربح نقطة لفريقه والذي يمسك به أو يلمس يخسر النقطة. يجب ان يبقوا في المنطقة المحددة سلفا. التعليمات: التنقل دون الايقاع بالحواجز و على ان لا يتم الامساك به من قبل القطة</p>

سير الدرس		خطوات الدرس	العودة الى الهدوء
ملاحظات	رسومات	المحتوى	العودة الى الهدوء
		<p>الجزء الاساسي</p> <p>٥٠ - ٤٥ دقيقة</p> <p>الوسائل: كراسي ، كرتونات، حبل ، طاولات ، الساحة الوضعية ٢: المواجهة في مسار الهدف: الركض سريعا في خطٍ مستقيم مع المحافظة على سرعته المهمة: تحضير مسار للانطلاق و مسار آخر مشترك للوصول على بعد ١٠ متر، عند اشارة المعلم يبدأ بالركض باقصى سرعة مع الحفاظ على مساره حتى عبوره خط النهاية. التعليمية: • احترام القواعد المقدمة من المعلم • انهاء السباق بأقصى سرعة ممكنة الوسائل: • صفارة • حكم خط النهاية</p>	٧-٥ دقائق
		اطالات جمع الوسائل تشجيع المميزين	

الكفاءة ١: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم فيها إنتاج تنقلات متنوعة في اتجاهاتها وفي أشكالها ومددها وكثافتها، وتكون مناسبة لمستلزمات المساحة.

سير الدرس		خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المدة
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات بين الحلقات و الاشارات 		<p>الاحماء : ينتشر التلاميذ في الساحة و يبدوون في التحرك في جميع الاتجاهات. أطلالات</p> <p>الوضعية ١ : لعبة المرأة الهدف: مراقبة و متابعة تحركات زميل أو مجموعة المهمة: يتم تقسيم الفصل الى مجموعتين حيث يلبسون ملابس مختلفة . مع اشارة المعلم يقوم التلميذ الأول بالتحرك مشيا أو جريا بحرية دون الخروج من منطقتة متجاوزا و يتبعه التلميذ الثاني على ان يبقى قريبا من التلميذ الأول. يتم تغيير الأدوار كل دقيقتين. التعليم: تقليد حركات زميله بشكل تام. الوسائل: مساحتين يتم تخطيطها ، صافرة</p>
		٧-٥ دقائق

سير الدرس		المحتوى	المدة	خطوات الدرس
رسومات		<p>الوسائل: مساحتين يتم تخطيطها ، صافرة الوضعية ٢: الفهود الصغيرة الهدف: الجري و تخطي الحواجز بأسرع ما يمكن المهمة: يتم تقسيم التلاميذ الى مجموعتين تحضير مسارين بمسافة ٢٠-٢٥ متر و تخطيطه على الارض، توضع طاوولات صغيرة كل ٥ متر و عند اشارة المعلم يبدأ بالركض بأقصى سرعة متجاوزا الحواجز حتى عبوره خط النهاية قبل زميله. التعليمة: • القدرة على تخطي الحواجز • انهاء السباق بأقصى سرعة ممكن الوسائل: • صفاة • حكم خط النهاية</p>	٤٥ - ٥٠ دقيقة	الجزء الاساسي
ملاحظات		مشي في طاورين (واحد خلف الآخر) اطالات	٧-٥ دقائق	العودة الى الهدوء

خطوات الدرس	المدة	المحتوى	رسومات	ملاحظات
الجزء الاساسي	٤٥ - ٥٠ دقيقة	<p>الوسائل: حواجز صغيرة ، حلقات و الساحة</p> <p>الوضعية ٢: الضفادع</p> <p>الهدف: ان يقفز التلميذ لمسافة أبعد من زملائه المهمة: يتم ربط أقدام التلميذ معا و سماع الاشارة يبدؤون القفز معا (٣ تلاميذ في كل محاولة). بعد وصوله لخط النهاية لينطلق زميله الى ان يتم جميع التلاميذ المحاولة. الفائز هو من يقفز لا بعد مسافة و الفريق الفائز هو الفريق الذي يتفوق اعضاءه.</p> <p>التعليمية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • القفز بطريقة صحيحة <p>الوسائل:</p> <ul style="list-style-type: none"> • صفارة • حواجز صغيرة و الساحة 	  	
العودة الى الهدوء	٧-٥ دقائق	<p>مشي في طابورين (واحد خلف الآخر)</p> <p>اطالات</p>		

مذكرة نظية للصف الثاني رقم ٤

الكفاءة ١: في وضعية ذات دلالة للتلميذ يتم فيها أداء أفعال ملائمة لوسط أو بيئة مهيأة لما يقوم به شركاؤه وخصومه مع تطبيق قواعد اللعبة.

سير الدرس		المحتوى	المدة	خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	<p>الوضعية ١: الجري بالتتابع</p> <p>الهدف: تمرير عصا التتابع مع زميله</p> <p>المهمة: يتم تقسيم الفصل الى ٤ مجموعات ملبس مختلفة و في ٤ مسارات مختلفة، عند الإشارة الأوائل في الأربع مجتمعات ينطلقون و يعودون بعد الدوران حول الحاجز الموضوع في نهاية المسارات المختلفة. عند الوصول لخط النهاية يسلم العصا لزميله التالي. الفريق الفائز هو من ينهي السباق أولا.</p> <p>التعليمة: التنبه الى عدم سقوط عصا التتابع ارضا و حسن التسليم و التسلم.</p>	٧-٥ دقائق	وضعية القطار
		<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات بين الحلقات و الاشارات 		

سير الدرس		
خطوات الدرس	المدة	المحتوى
الجزء الاساسي	٤٥ - ٥٠ دقيقة	<p>الوسائل: حواجز صغيرة ، حلقات و الساحة</p> <p>الوضعية ٢: الضفادع</p> <p>الهدف: ان يقفز التلميذ لمسافة أبعد من زملائه المهمة: يتم ربط أقدام التلميذ معا و سماع الاشارة يبدؤون القفز معا (٣ تلاميذ في كل محاولة). بعد وصوله لخط النهاية لينطلق زميله الى ان يتم جميع التلاميذ المحاولة. الفائز هو من يقفز لابعد مسافة و الفريق الفائز هو الفريق الذي يتفوق اعضاءه.</p> <p>التعليمية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • القفز بطريقة صحيحة الوسائل: • صفارة • حواجز صغيرة و الساحة
ملاحظات	رسومات	العودة الى الهدوء
		<p>مشي في طابورين (واحد خلف الآخر)</p> <p>اطالات</p>

مذكرة نظمية للصف الثاني رقم ٥

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ ليكون قادرا على الرمي وإمسك أشياء متنوعة بحضور الخصوم و الشركاء. التعاون مع شركائه للفوز بلعبة .

سير الدرس			
ملاحظات	رسومات	المحتوى	المدة
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات 		<p>الاحماء : الجري لمدة ٦-٥ دقائق في مساحة محددة مع التأكد ان لا يتصادم التلاميذ</p> <p>الوضعية ١ : التمرير بين ٥ الهدف: تمرير ٥ تمريرات لتحقيق نقطة مع وجود خصم. المهمة: يتم تقسيم الفصل الى ٤ مجموعات بملابس مختلفة من ٥ لاعبين. حيث تتكون المجموعة من ٤ لاعبين و خصم في ملعب مساحتها م٥ X م٥ على الأقل محدد بحواجز و يحكم المعلم اللعبة. المجموعات الاربع تتواجد في ٤ ملاعب مختلفة مع الإشارة المعلم يبدأ الفريق بتبادل الكرة بينهم فيما يحاول اللاعب الخصم الحصول على الكرة. لا يحق للتلاميذ الحركة و الكرة في يده. خلال تمرير الكرة بين اعضاء الفريق يعد التلاميذ التمريرات (١-٢-٣-٤-٥). عند وصول الفريق الى ٥ تمريرات يسجل له نقطة</p>	٧-٥ دقائق
			خطوات الدرس

سير الدرس			
ملاحظات	رسومات	المحتوى	المدة
		<p>و تعطى الكرة لفريقٍ آخر. إذا أخرج فريق الكرة قبل الـ ٥ تمريرات تعطى الكرة لفريقٍ آخر. المنافسة تستمر لـ ٥ دقائق ثم يعلن المعلم النتيجة.</p> <p>التعليمة: يتم إرسال خصم للفريق المنافس خلال مدة اللعبة لإيقاف الفريق .</p> <p>الوسائل: حواجز صغيرة ، كرات ، ساعة وقف و الساحة الوضعية ٢: اقلب الأشياء رأساً على عقب</p> <p>الهدف: ان يستطيع التلميذ ارسال الكبر عدد من الكرات الى الجهة المقابلة (المنافسة)</p> <p>المهمة: لاعبو الفريقين يأخذون الكرات من المخزون و يحاولون اصابة الاهداف المختلفة.</p> <p>عند الاشارة يقوم التلاميذ بمحاولة اصابة الاهداف المختلفة في الجهة المقابلة . تنتهي اللعبة بعد وقت محدد او عدم توفر اهداف لإصابتها.</p> <p>التعليمة:</p> <ul style="list-style-type: none"> • كل لاعب يرسل كرات بالترتيب. يعدون النقاط حسب عدد الاهداف التي تم اصابتها. الوسائل: • حواجز ، عبوات باحجام مختلفة ، كرات مختلفة الاحجام 	<p>٥٠ - ٤٥ دقيقة</p>
		<p>المشي دورتين حول الملعب جمع المعدات و ترتيبها</p>	<p>٧-٥ دقائق</p>
		<p>العودة الى الهدوء</p>	

مذكرة فطية للصف الثاني رقم ٦

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ ليكون قادرا على الرمي وإمسك أشياء متنوعة بحضور الخصوم و الشركاء. التعاون مع شركائه للفوز بلعبة

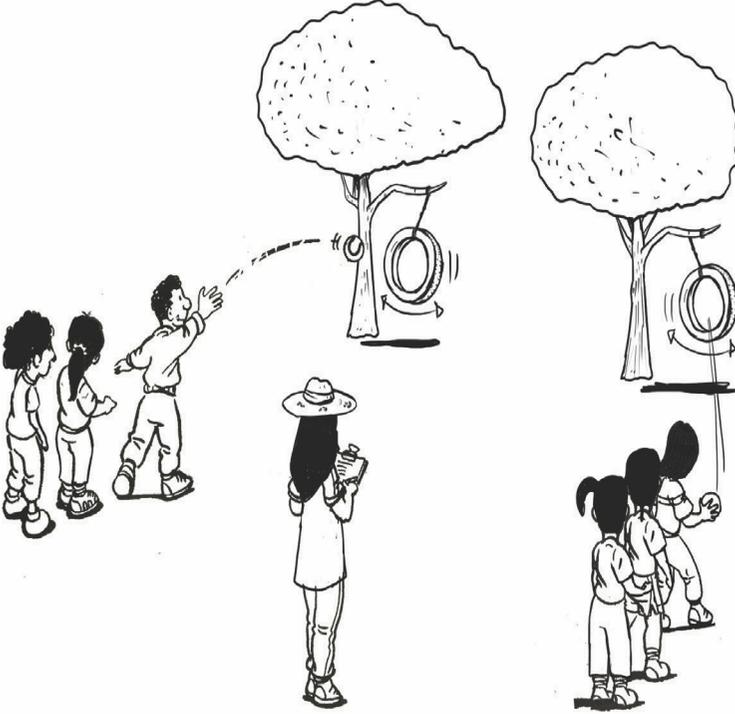
سير الدرس		خطوات الدرس	
ملاحظات	رسومات	المحتوى	المدة
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات 		<p>الاحماء : الجري لمدة ٦-٥ دقائق في مساحة محددة مع التأكد ان لا يتصادم التلاميذ</p> <p>الوضعية ١ : الكرة في الهواء الهدف: احراز أكبر عدد من النقاط دون اسقاط الكرة. المهمة: يتم تقسيم الفصل الى ٤ مجموعات من ٥ او ٤ لاعبين ملبس مختلفة. تواجه الفرق على ملعب مقسم الى قسمين بخط. كل تلميذ يحاول ركل الكرة للاعلى في محاولة منه لكسب الوقت الكافي لتنقله. عليه ركل الكرة عاليا. عند الاشارة يبدؤون بتقاذف الكرة بحيث ان لا تسقط على الارض.</p>	٧-٥ دقائق

ملاحظات	رسومات	المحتوى	المدة	خطوات الدرس
		<p>التعليمية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الفريق الذي يسقط الكرة اولا يخسر • ان يتحرك التلاميذ حسب حركة الكرة <p>الوسائل: ٤ كرات خفيفة و الساحة</p> <p>الوضعية ٢: المنتقل</p> <p>الهدف: ان يستطيع التلميذ تعبئة الكرتون خاصته اولا</p> <p>المهمة: يتم تقسيم التلاميذ الى ٣ فرق بملابس مختلفة.</p> <p>يتجمع لاعبو كل مجموعة قرب الكرتون الخاص بهم قبل بداية اللعبة.</p> <p>يقوم التلاميذ بجمع اشياء من الكرتون الكبير و وضعها في كرتوناتهم</p> <p>عند الاشارة يقوم كل تلميذ بنقل شيء واحد فقط الى كرتونة فريقه.</p> <p>التعليمية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الانتباه لاشارة المعلم • ان ينتظر التلميذ دوره <p>الوسائل:</p> <ul style="list-style-type: none"> • كرتونات باحجام مختلفة او تخطيط مناطق خاصة 	٤٥ - ٥٠ دقيقة	الجزء الاساسي
		المشي دورتين حول الملعب جمع المعدات و ترتيبها	٧-٥ دقائق	العودة الى الهدوء

مذكرة نظية للصف الثاني رقم ٧

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتنميد ليكون قادرا على الرمي وإمسك أشياء متنوعة بحضور الخصوم و الشركاء. التعاون مع شركائه للفوز بلعبة

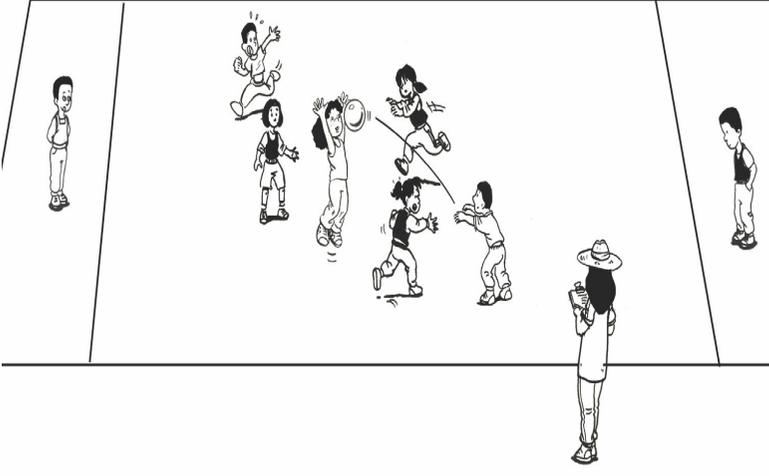
سير الدرس		خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	المدة
<ul style="list-style-type: none"> • نسب نجاح و فشل التلاميذ • مقترح للمعالجة • تغيير المسافات 		<p>وضعية الفطار ٧-٥ دقائق</p>
		<p>المحتوى</p> <p>الاحماء : الجري لمدة ٥-٦ دقائق في مساحة محددة مع التأكد ان لا يتصادم التلاميذ</p> <p>الوضعية ١: البولنغ الهدف: استخدام كرة لاستهداف هدف معين المهمة: وضع الاهداف في شكل مربع ووضع التلاميذ مقابل الاهداف ليقوموا بإصابة أكبر عدد ممكن من الاهداف و عدد أكبر من الفريق الآخر. يستخدم التلاميذ ٥ كرات كحد اقصى لاسقاط الاهداف (ركل الكرات) التعليمة: • ركل الكرات بباطن القدم</p>

سير الدرس			
خطوات الدرس	المدة	المحتوى	ملاحظات
الجزء الاساسي	٤٥ - ٥٠ دقيقة	<p>الوسائل: ٥ كرات و عبوات مليئة بالرمل تستخدم كأهداف بولينغ و الساحة</p> <p>الوضعية ٢: اصابة الاهداف</p> <p>الهدف: ان يستطيع التلميذ اصابة الهدف</p> <p>المهمة: يتم تقسيم التلاميذ الى ٣ فرق حيث يقفون خلف بعضهم البعض. عند الاشارة يبدأ التلاميذ بمحاولة اصابة هدف معلق على شجرة باستخدام حبل.</p> <p>التعليمية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الوقوف بمكان مناسب لاصابة الهدف. <p>الوسائل:</p> <ul style="list-style-type: none"> • حبل ، كرات ، عبوات • كرتونات باحجام مختلفة او تخطيط مناطق خاصة 	
العودة الى الهدوء	٧-٥ دقائق	المشي دورتين حول الملعب جمع المعدات و ترتيبها	

مذكرة نظية للصف الثاني رقم ٨

الكفاءة ٢: في وضعية ذات دلالة للتلميذ ليكون قادرا على الرمي وإمسك أشياء متنوعة بحضور الخصوم و الشركاء. التعاون مع شركائه للفوز بلعبة

سير الدرس		المحتوى	المدة	خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	<p>• نسب نجاح و فشل التلاميذ</p> <p>• مقترح للمعالجة</p> <p>• تغيير المسافات</p>	<p>7-0 دقائق</p> <p>الاحماء : الجري لمدة ٦-٥ دقائق في مساحة محددة مع التأكد ان لا يتصادم التلاميذ</p> <p>الوضعية ١: تغيير المعسكر الهدف: الانضمام للمعسكر الآخر بالكامل المهمة: توضع الفرق على جانبي الملعب المقسم. مع اشارة المعلم، يتقدم التلاميذ بالكرة الى منطقة الخصم خلال الوقت الذي خصه المعلم. الفريق الذي يصل اولا بالكرات يكسب النقطة.. طرق أخرى: حمل الكرة باليد، ركلها بالقدم، وضع حواجز على المسار(حلقاات او حواجز صغيرة) قبل الدخول الى معسكره، عمل دورة كاملة حول حلقة ، الانطلاق من الوضعية جالسا، الانتهاء بالوضعية وقوفا.</p> <p>التعليمة: الوصول بالكرة الى المعسكر المقابل</p>	وضعية القطار

ملاحظات	رسومات	المحتوى	المدة	خطوات الدرس
		<p>الوسائل: كرات و حلقات و حواجز صغيرة و الساحة الوضعية ٢: الوصول للقائد</p> <p>الهدف: ان يستطيع التلميذ ارسال الكرة الى قائد فريقه لكسب النقطة</p> <p>المهمة: الفريق الذي يبدأ اللعب يمرر الكرة باليد لتقدم لمنطقة تواجد قائد الفريق و تمرير الكرة له دون ان تسقط على الارض، و دون الدخول لهذه المنطقة لتسجيل النقاط. القائد لا يخرج من هذه المنطقة</p> <p>- اذا تمكن الفريق المنافس من الكرة، ينتقل هذا الفريق الى الهجوم. تسجل النقاط بتمرير الكرة لقائد الفريق</p> <p>- يتم تمرير الكرة باليد</p> <p>- حامل الكرة لا يحق له التنقل بها، عليه تمريرها باقصى سرعة</p> <p>التعليمة:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الفريق يفقد الكرة اذا تحرك اللاعب بالكرة او أخرج الكرة خارج الملعب او دفع احد لاعبين الفريق الخصم <p>الوسائل:</p> <ul style="list-style-type: none"> • فرق مع ملابس مختلفة (فريقان يلعبان و الفريق الثالث يحكم المباراة) ، كرات ، ٣ مناطق يتم تخطيطها 	٤٥ - ٥٠ دقيقة	الجزء الاساسي
		<p>المشي دورتين حول الملعب</p> <p>جمع المعدات و ترتيبها</p>	٧٠-٥ دقائق	العودة الى الهدوء

مذكرة نظية للصف الثاني رقم ٩

الكفاءة ٣: في وضعية ذات دلالة للتلميذ أداء أشكال جسمية بسيطة ملائمة لسند صوتي أو لفعل إحساس فكرة، سرد أو انفعال

سير الدرس		المحتوى	المدة	خطوات الدرس
ملاحظات	رسومات	<p>• نسب نجاح و فشل التلاميذ</p> <p>• مقترح للمعالجة</p> <p>• تغيير المسافات</p>	<p>7-0 دقائق</p>	<p>وضعية القطار</p>
		<p>الاحماء : الجري الخفيف داخل حدود الملعب، مع اشارة للمعلم يتم تغيير الاتجاه</p> <p>الوضعية ١ : المشغل</p> <p>الهدف:الرقص بشخصين بمساعدة حبال توضع على الأرض.</p> <p>المهمة: يتم تصنيف الصف بشكل زوجي و وضعهم في منطقة محاطة بحبل لكل فريق من تلميذين. التلاميذ يبدؤون في نفس الوقت.</p> <p>التلميذ الأول يقوم بحركة مختارة ويقوم بها فوق الحبل و يقوم التلميذ الثاني بتقليده تماما</p> <p>التعليمية:</p> <p>الوسائل:</p> <p>الوضعية ٢: اصابة الاهداف</p> <p>الهدف: ان يستطيع التلميذ اصابة الهدف المهمة:</p>	<p>٤٥ - ٥٠ دقيقة</p> <p>الجزء الاساسي</p>	
		المشي دورتين حول الملعب جمع المعدات و ترتيبها	7-0 دقائق	العودة الى الهدوء

الأمن والإسعافات الأولية بالصور

الوسائل التعليمية

قاموس للمفردات

الأمن والإسعافات الأولية بالصور

حصة التربية البدنية و الرياضية تهتم بشكل اساسي بالسلامة. ولكن في بعض الأحيان لا يمكن التكهّن بمدى استمرارية السلامة و الحوادث ممكن أن تحدث في أي وقت. إليكم بعض النصائح لتقديم حصص التربية البدنية و الرياضية بأمان

١. احترام قواعد السلامة :

١.تنظيف ساحة اللعب بـ

❖ إزالة الحجارة و كل الأشياء المشتبه انها ممكن ان تؤدي لاصابة التلاميذ

❖ إزالة المطبات لتصبح الأرض مسطحة و جاهزة لوضعية اللعب.

٢. اختيار الأوقات المناسبة في الصباح الباكر أو في وقت متأخر من الظهيرة. يجب أيضا الأخذ في الاعتبار الأرصاد الجوية لتجنب البرد والرياح والحرارة القوية

٣.اختيار المواد غير المؤذية والآمنة للطفل

٤.احترام الإيقاع البدني والفسيوولوجي والبيولوجي لكل طفل لأن كل طفل له إيقاعه الخاص، لذلك لا تخضع له الأحمال التي تتجاوز امكانياته.

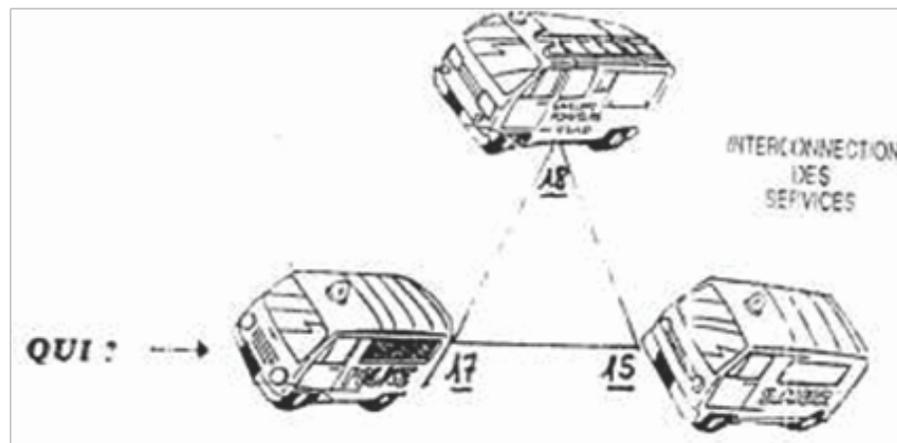
٢. تنبيه خدمات الطوارئ

أمام الإصابات أو الحوادث، تتمثل الأولوية في تنبيه خدمات الطوارئ في أسرع وقت ممكن.

الشرطة : ١٧

الإطفاء : ١٨

الإسعاف : ١٥



كيفية التنبيه؟

يجب على المسعف و في هذه الحالة المعلم التعبير عن نفسه بوضوح ودقة

لتوفير أكبر قدر ممكن من المعلومات عن الوضع.

❖ موقع الحادث

❖ طبيعة الحادث

❖ عدد المصابين وحالتهم الظاهرة

❖ تسليط الضوء على الظروف الخاصة

❖ ٣. الإسعافات الأولية:

❖ توقف التنفس: تنفس اصطناعي

❖ النزيف: الضغط اليدوي المحلي عند نقطة النزيف

❖ الكسور: التثبيت

❖ فقدان الوعي: وضعية الجانبية للسلامة

❖ إصابة في الصدر: نصف جلسة أو حسب ما يفضله المصاب

❖ الصدمة: يوضع أفقياً (الإسعافات الأولية النفسية)

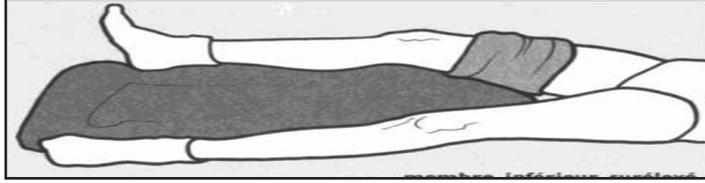
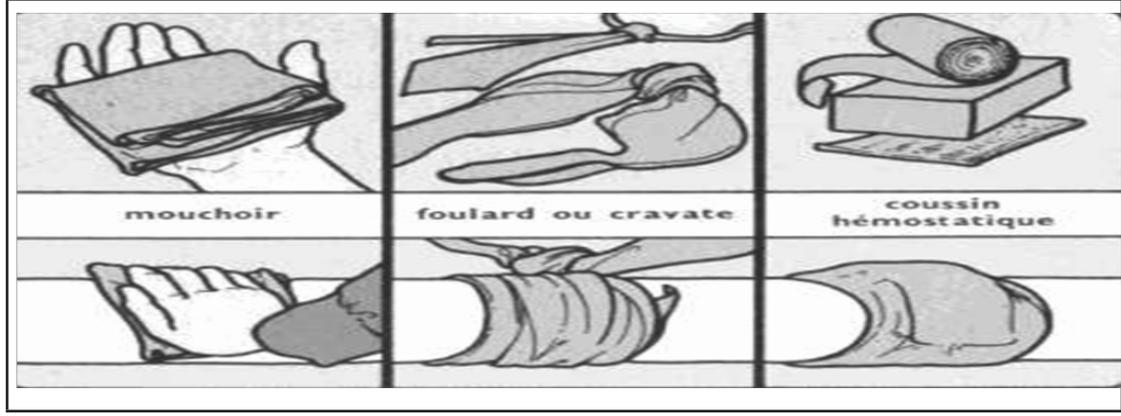
أمثلة:

❖ نزيف خارجي

❖ الضغط على الجرح

❖ المصاب يستلقي على ظهره

❖ الإبلاغ عن الحالة فوراً (الشرطة، الإطفاء أو الإسعاف)



رفع الطرف السفلي



توقف التنفس

على الفور التنفس الاصطناعي عن طريق
 الفم إلى الفم أو الفم إلى الأنف، انزال
 رأس المصاب بحذر

كيس بلاستيكي مليء بالتراب	
زجاجات بلاستيكية مليئة بالرمال أو علبة نيدو	
أنبوب داخلي ، اطارات	
حبل ، وشاح	
كرتون	
مكنسة ، عصا ، كرسي	
حجارة ، رمل	
كيس أرز	
سلة مهملات، دلو ، قطع علبة صفراء	
سبورة صغيرة	

قاموس المفردات

- o كفاية : أن يكون التلميذ قادرا على حشد مجموعة من المعارف والمهارات وحسن التصرف لحل الوضعيات، التلميذ يتدرب على الكفاية عندما يحل الوضعية.
- o معايير: الجودة المتوقعة يف إنتاج التلميذ. كل معيار معني هو نظرة معينة تركز على إنتاج الطالب. تعطى الدرجات من خلال مجموعة معايير.
- o المناهج : مزيج من الأهداف والمحتوى والكفايات وطرائق التدريس وأساليب التقييم الخاصة بالمنهج الدراسي.
- o التقييم النهائي أو الختامي : تقييم يؤدي إلى اتخاذ قرار القبول أو الرفض للنقل إلى الصف الأعلى أو التصنيف.
- o التقييم التكويني : يهدف التقييم إلى تحديد الصعوبات التي تواجه التلميذ لمساعدته. - على عكس التقييم النهائي التي لها وظيفة إدارية. - بينما وظيفة التقييم التكويني تعليمية بيداغوجية.
- o معارف: المحتوى، المعرفة.
- o مهارات: ممارسة أي نشاط على المعرفة. والمحتوى: القيام بشيء محدد، استخدام تقنية الحساب، تطبيق القواعد
- o مهارة حياتية: هذه هي السلوكيات والمواقف التي على كل فرد ان يمتلكها ليكون مواطناً صالحاً.
- o وضعية: مشكلة أقرب ما تكون إلى المشكلات التي نواجهها في الحياة اليومية.
- o وضعية معقدة : وضعية تستدعي لحلها العديد من المعارف والمهارات
- o الوضعية اليومية: الوضعية التي قد تواجه التلميذ في حياته اليومية.
- o وضعية ذات معنى : وضعية ذات دلالة مستمدة من حياة التلميذ اليومية.

- o هدف نهائي للإدماج: كفاية كبيرة تشمل معظم مكتسبات العام الدراسي أو الدورة. الهدف النهائي للإدماج يشمل كل الكفايات في الدورة، ويعرف من خلال مجموعة الوضعيات.
- o النهج البيداغوجي : تنظيم يهيأ له لتحقيق الهدف.
- o فريق متماسك: فريق فيه جميع الجهات الفاعلة من نفس المستوى ونفس القوة.
- o التقييم بالمقارنة : تقييم التلميذ بالمقارنة بتلميذ آخر أو فريق بالمقارنة مع فريق آخر.
- o تقييم انتقائي : إنشاء الترتيب النسبي لحجم القيمة النسبية.
- o استطلاع تعبير الحركة : فهم وتحليل حركة أو فعل.
- o مبادرات واستكشاف: بحوث ومحاولات للتلاميذ لتقديم الحركة للتكيف مع الوضعية.
- o Interdisciplinarité -o انترديسبينايليته (تداخل التخصصات): بعض مفاهيم الجغرافيا والرياضيات يمكن دراستها أو استخدامها في حصص التربية البدنية والرياضية، والعكس صحيح
- o ممارسة حركية (قيادة) : تحقيق الحركة الصحيحة.
- o استيعاب: استولي على بيانات الوضعية بالحس (السمع، البصر) أو الأنشطة الموسيقية مثال: تأليف الحركة على العوامل الموسيقية.
- o التنسيب : في الرياضة الجماعية، أن تكون في أفضل مكان لتكون فعال في الجسم.
- o التتابع : تنظيم مسابقة بين التلاميذ من نفس الفريق.
- o الضربات القلبية : ضربات القلب ملموسة في المعصم (النبض) أو في القلب. إنها تقاس بعدد الضربات التي تزيد مع الجهد المطلوب.
- o أفعال العمل (الفعل) : أفعال تؤدي تلقائياً بالقيام بالفعل من جانب الطفل: أمين، القفز ... الخ

المعايير	اكتساب تام	مكتسب	في طور الاكتساب	غير مكتسب
المعيار ١ ❖ مناسبة المهمة والتعليمات ❖ استيعاب التعليمات ❖ احترام المهمة المطلوبة	٣ درجات	٢ درجتين	١ درجة	٠ درجة
المعيار ٢ ❖ استخدام المساحة وفقا للتعليمات ❖ استخدام المعدات وفقا للوضعية	٣ درجات	٢ درجتين	١ درجة	٠ درجة
المعيار ٣ ❖ جودة تنفيذ المهمة المطلوبة ❖ التنفيذ الصحيح للمهمة المطلوبة	٣ درجات	٢ درجتين	١ درجة	٠ درجة
المعيار ٤ ❖ المشاركة والتواصل ❖ التبادل والعلاقات مع المجموعة والفصل ❖ الحماس في العمل والجهد ❖ الاعداد و تخزين المعدات	٣ درجات	٢ درجتين	١ درجة	٠ درجة

معايير التقويم

المعايير	اكتساب تام	مكتسب	في طور الاكتساب	غير مكتسب
المعيار ١ مناسبة المهمة والتعليمات استيعاب التعليمات احترام المهمة المطلوبة	٣ درجات	درجتين	١ درجة	٠ درجة
المعيار ٢ استخدام المساحة وفقا للتعليمات استخدام المعدات وفقا للوضعية	٣ درجات	درجتين	١ درجة	٠ درجة
المعيار ٣ جودة تنفيذ المهمة المطلوبة التنفيذ الصحيح للمهمة المطلوبة	٣ درجات	درجتين	١ درجة	٠ درجة
المعيار ٤ المشاركة والتواصل التبادل والعلاقات مع المجموعة والفصل الحماس في العمل والجهد الاعداد و تخزين المعدات	٣ درجات	درجتين	١ درجة	٠ درجة



صورة

.....الاسم.....
.....تاريخ الميلاد.....
.....الصف.....
.....مهنة الأب أو الأم:.....
.....أنشطة أخرى.....

الكفاءة ٣	الكفاءة ٢	الكفاءة ١	الصف
			الأنشطة
			الدرجات

