

الخطة الزمنية لتطبيق منهج التربية الرياضية  
لمرحلة التعليم الأساسي ( الحلقة الأولى )  
للعام الدراسي ٢٠١٦ / ٢٠١٧

الإجراءات الإدارية والتنظيمية وقياسات اللياقة البدنية القبليّة ثلاثة أسابيع

الوحدة الرابعة سنة اسابيع	اختبارات قصيرة أسبوع واحد	الوحدة الثالثة سنة أسابيع	دروس تعزيزية وتطبيقات عملية لاستكمال المنهج ثلاثة أسابيع واختبارات	الوحدة الثانية سنة اسابيع	الوحدة الأولى سنة اسابيع	الصف	
رياضة جماعية رياضة فردية		رياضة جماعية رياضة فردية		رياضة جماعية رياضة فردية	رياضة جماعية رياضة فردية	رياضة جماعية رياضة فردية	الأول الابتدائي
رياضة جماعية رياضة فردية		رياضة جماعية رياضة فردية		رياضة جماعية رياضة فردية	رياضة جماعية رياضة فردية	رياضة جماعية رياضة فردية	الثاني الابتدائي
رياضة جماعية رياضة فردية		رياضة جماعية رياضة فردية		رياضة جماعية رياضة فردية	رياضة جماعية رياضة فردية	رياضة جماعية رياضة فردية	الثالث الابتدائي

قياسات اللياقة البدنية البعدية و تطبيقات بأسلوب المهرجانات ثلاثة أسابيع

ملاحظة : المنهج مكون من الرياضات الجماعية والتي تدرس كل رياضة منها في وحدة واحدة وهي : كرة السلة ، كرة اليد ، كرة القدم ، كرة الطائرة . الرياضات الفردية تدرس في وحدتين وهي التمرينات الفنية للبنات ، العاب القوى ، الجمباز .

### نظام التقويم

حسب مركز القياس والتقويم فإن نظام التقويم المتبع لمادة التربية الرياضية هو التقويم التكويني في الحلقات التعليمية الثلاث من التعليم الأساسي تبعاً للتقسيم التالي :

الاختبارات القصيرة	ملف إنجاز الطالب	المشاريع أو التقرير	الأداء العملي	السلوك الصفي	البند أساليب التقويم
١٥ درجة	٥ درجات	١٠ درجات	٦٠ درجة	١٠ درجات	الوزن النسبي

خطة منهج التربية الرياضية  
لمرحلة التعليم الأساسي ( الحلقة الأولى ) للعام الدراسي ٢٠١٦/٢٠١٧

اسم المدرسة :

اسم المعلم :

الفصل الدراسي الثاني اثنا عشر اسبوعاً				الفصل الدراسي الأول اثنا عشر اسبوعاً				الصف
رياضات الوحدة الرابعة		رياضات الوحدة الثالثة		رياضات الوحدة الثانية		رياضات الوحدة الأولى		
رياضة فردية	رياضة جماعية	رياضة فردية	رياضة جماعية	رياضة فردية	رياضة جماعية	رياضة فردية	رياضة جماعية	الأول الابتدائي
القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	
رياضة فردية	رياضة جماعية	رياضة فردية	رياضة جماعية	رياضة فردية	رياضة جماعية	رياضة فردية	رياضة جماعية	الثاني الابتدائي
القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	
رياضة فردية	رياضة جماعية	رياضة فردية	رياضة جماعية	رياضة فردية	رياضة جماعية	رياضة فردية	رياضة جماعية	الثالث الابتدائي
القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	القسم رقم ....	

ملاحظة : المنهج مكون من الرياضات الجماعية والتي تدرس كل رياضة منها في وحدة واحدة وهي : كرة السلة ، كرة اليد ، كرة القدم ، كرة الطائرة . الرياضات الفردية تدرس في وحدتين وهي التمرينات الفنية للبنات ، ألعاب القوى ، الجمباز .

تعليمات تطبيق خطة منهج التربية الرياضية للحلقة الأولى للعام الدراسي ٢٠١٦ / ٢٠١٧ م

١. الإجراءات الإدارية والتنظيمية تبدأ من بداية العام
٢. قياسات اللياقة البدنية القبلية تبدأ مع اول يوم دراسي
٣. قياسات اللياقة البدنية البعدية تبدأ بعد استكمال تدريس كامل المنهج (وفق البرمجة الزمنية).
٤. تمتد الفترة الزمنية لكل وحدة دراسية ستة أسابيع حيث يقسم المحتوى المهارى على الحصص الدراسية.
٥. تم توضيح المهام التعليمية للأسابيع الإضافية في خطة البرمجة الزمنية المرفقة.
٦. يجتمع المعلم الأول أو المنسق مع معلمي التربية الرياضية في المدرسة لتوزيع الوحدات الدراسية على فترات زمنية مناسبة تبعاً لظروف المدرسة على أن يتم الالتزام بالمحتوى المرفق.
٧. يتم توزيع الرياضات على مدار الوحدات الأربع لتغطي كامل السنة الدراسية مع الإشارة لرقم القسم و دون اعتبار للتسلسل.
٨. يعد معلمو التربية الرياضية خطة وفقاً للبرمجة الزمنية المرفقة متضمنة المحتوى التدريسي للرياضات.
٩. تُسلم نسخة من الخطة التدريسية لإدارة المدرسة ونسخة لإدارة التربية الرياضية للمتابعة.
١٠. تُخبر معلمات التربية الرياضية طالبات الحلقة الأولى بدراسة وحدة كرة القدم أو وحدة التمرينات الفنية.

مقرر التربية الرياضية للحلقة الاولى من التعليم الأساسي الصف الأول ابتدائي للعام ٢٠١٦/٢٠١٧

المحتوى	المحتوى	فروع المنهج
<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإعداد البدني .</li> <li>- الحركات الأساسية .</li> <li>- يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإعداد البدني .</li> <li>- الحركات الأساسية .</li> <li>- يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها.</li> </ul>	الجزء التمهيدي
<p>القسم ٢ مسابقات الموانع ( مقاعد سويدية - حواجز صغيرة متفاوتة الارتفاع - كرات طبية - عصي - العقل الحائطية )</p>	<p>القسم ١ مسابقات والعباب تمهيدية لمهارات العاب القوى ( العدو والتتابع - الرمي - والدفع - الوثب والقفز )</p>	العباب القوى
<p>القسم ٤ العباب صغيرة يغلب عليها طابع كرة الطائرة للصغار العباب تمهيدية للألعاب الكبيرة .</p>	<p>القسم ٣ العباب صغيرة يغلب عليها طابع كرة السلة للصغار العباب تمهيدية للألعاب الكبيرة .</p>	الألعاب

المحتوى	المحتوى	فروع المنهج
<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإعداد البدني</li> <li>- الحركات الأساسية</li> <li>- يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإعداد البدني</li> <li>- الحركات الأساسية</li> <li>- يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها.</li> </ul>	الجزء التمهيدي
<p>القسم ٦ ( جميز موانع بسيط ) المراتب - المراتب المثلثة المقاعد السويدية-الصدوق المقسم- سلم القفز - الكرات الطبية - الأقماع - الترمبولين - العقل الحائطية .</p>	<p>القسم ٥ ( جميز العباب الموانع ) مشي - وثب - قفز - زحف - تسلق- درجات .</p>	الجمباز
<p>القسم ٨ العباب صغيرة يغلب عليها طابع كرة القدم للصغار (للبنين) العباب تمهيدية للألعاب الكبيرة . التمرينات الفنية والتعبير الحركي ( للبنات ) حركات بدون أدوات: حركات انتقالية ( المشي/ الجري / الوثب / الحجل / الفجوة / الربط بين الحركات السابقة ) حركات غير انتقالية ( الثبات في أوضاع من الحركة / الالتفاف والدوران حركات التموج / التمايل والمرجحة / تبادل الشد والاسترخاء )+ حركات باستخدام أدوات ( أكياس الحبوب / الكرة / الطوق )+ تمرينات بإيقاع موسيقي ( التصفيق / والدبابة / ألعاب شعبية )</p>	<p>القسم ٧ العباب صغيرة يغلب عليها طابع كرة اليد للصغار العباب تمهيدية للألعاب الكبيرة.</p> <p>ملحوظة : بالنسبة للبنات يمكن استبدال التمرينات الفنية بكرة القدم .</p>	الألعاب التمرينات الفنية للبنات

مقرر التربية الرياضية للحلقة الأولى من التعليم الأساسي الصف الثاني ابتدائي للعام ٢٠١٦/٢٠١٧

المحتوى	المحتوى	فروع المنهج
- الإعداد البدني . - الحركات الأساسية . يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها .	- الإعداد البدني . - الحركات الأساسية . - يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها .	الجزء التمهيدي
القسم ٢ مسابقات الموانع متقدمة عن الصف الأول . ( مقاعد سويدية - حواجز صغيرة متفاوتة الارتفاع - كرات طبية - عصي - العقل الحائطية )	القسم ١ مسابقات والعباب تمهيدية لمهارات العاب القوى متقدمة عن الصف الأول . ( العدو والتتابع - الرمي - والدفع - الوثب والقفز )	العباب القوى
القسم ٤ العباب صغيرة يغلب عليها طابع كرة الطائرة للصفار العباب تمهيدية للألعاب الكبيرة .	القسم ٣ العباب صغيرة يغلب عليها طابع كرة السلة للصفار العباب تمهيدية للألعاب الكبيرة .	الألعاب

المحتوى	المحتوى	فروع المنهج
- الإعداد البدني . - الحركات الأساسية . يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها .	- الإعداد البدني . - الحركات الأساسية . - يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها .	الجزء التمهيدي
القسم ٦ ( ربط الدرجات التي تم تدريسها مع جمباز الموانع المبسط ) . المراتب - المراتب المثلثة المقاعد السويدية-الصندوق المقسم- سلم القفز - الكرات الطبية - الأقماع - الترمبولين - العقل الحائطية .	القسم ٥ ( جمباز العباب الموانع الأكثر تقدما من الصف الأول) مشي - وثب - قفز - زحف - تسلق- درجات - كالدحرجة الجانبية المستقيمة - الدحرجة الجانبية المتكورة .	الجمباز
القسم ٨ العباب صغيرة يغلب عليها طابع كرة القدم للصفار ( للبنين ) العباب تمهيدية للألعاب الكبيرة . التمرينات الفنية والتعبير الحركي ( للبنات ) حركات بدون أدوات: حركات انتقالية ( المشي/ الجري / الوثب / الحجل / الفجوة / الربط بين الحركات السابقة ) حركات غير انتقالية ( الثبات في أوضاع من الحركة / الالتفاف والدوران حركات التموج / التمايل والمرجحة / تبادل الشد والاسترخاء )+ حركات باستخدام أدوات ( أكياس الحبوب / الكرة / الطوق )+ تمرينات بايقاع موسيقي ( التصفيق / والدبدة / ألعاب شعبية ) .	القسم ٧ العباب صغيرة يغلب عليها طابع كرة اليد للصفار، العباب تمهيدية للألعاب الكبيرة .  ملحوظة : بالنسبة للبنات يمكن استبدال التمرينات الفنية بكرة القدم .	الألعاب  التمرينات الفنية للبنات

مقرر التربية الرياضية للحلقة الاولى من التعليم الأساسي الصف الثالث ابتدائي للعام ٢٠١٦/٢٠١٧

المحتوى	المحتوى	فروع المنهج
<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإعداد البدني</li> <li>- الحركات الأساسية</li> <li>- يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإعداد البدني</li> <li>- الحركات الأساسية</li> <li>- يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها.</li> </ul>	الجزء التمهيدي
<p><b>القسم ٢</b> (ربط الدرجات وحركات التوازن والوثبات بالارتقاء المزدوج التي تم تدريسها مع جمباز الموانع المبسط).</p> <p>المراتب - المراتب المثلثة المقاعد السويدية-الصندوق المقسم- سلم القفز - الكرات الطبية - الأقماع - اللترمبولين - العقل الحائطية .</p>	<p><b>القسم ١</b> (جمباز ألعاب الموانع الأكثر تقدماً من الصف الثاني) مشي - وثب - قفز - زحف - تسلق- درجات - كالدحرجة الأمامية المتكورة- الدحرجة الخلفية المتكورة - وثبات بالارتقاء المزدوج - حركات التوازن .</p>	الجمباز
<p><b>القسم ٤</b> ألعاب صغيرة يغلب عليها طابع كرة الطائرة للصغار، ألعاب تمهيدية للألعاب الكبيرة .</p> <p><b>ملحوظة :</b> بالنسبة للبنات يمكن استبدال التمرينات الفنية بكرة القدم .</p>	<p><b>القسم ٣</b> ألعاب صغيرة يغلب عليها طابع كرة القدم للصغار (للبنين) ألعاب تمهيدية للألعاب الكبيرة .</p> <p>التمرينات الفنية والتعبير الحركي (للبنات) حركات بدون أدوات: حركات انتقالية (المشي/ الجري / الوثب / الحجل / الفجوة / الربط بين الحركات السابقة)</p> <p>حركات غير انتقالية (الثبات في أوضاع من الحركة / الالتفاف والدوران حركات التموج / التمايل والمرجحة / تبادل الشد والاسترخاء) + حركات باستخدام أدوات</p> <p>(أكياس الحبوب / الكرة / الطوق) + تمرينات بايقاع موسيقي (التصفيق / والدبدة / ألعاب شعبية) .</p>	الألعاب التمرينات الفنية للبنات

المحتوى	المحتوى	فروع المنهج
<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإعداد البدني</li> <li>- الحركات الأساسية</li> <li>- يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإعداد البدني</li> <li>- الحركات الأساسية</li> <li>- يترك للمدرس حرية اختيار التمرينات بما يتناسب مع اللعبة المراد تدريسها.</li> </ul>	الجزء التمهيدي
<p><b>القسم ٦</b> مسابقات الموانع متقدمة عن الصف الثاني . (مقاعد سويدية - حواجز صغيرة متفاوتة الارتفاع - كرات طبية - عصي - العقل الحائطية)</p>	<p><b>القسم ٥</b> مسابقات وألعاب تمهيدية لمهارات ألعاب القوى متقدمة عن الصف الثاني . (العدو والتتابع - الرمي - والدفع - الوثب والقفز)</p>	الألعاب القوى
<p><b>القسم ٨</b> ألعاب صغيرة يغلب عليها طابع كرة اليد للصغار ألعاب تمهيدية للألعاب الكبيرة</p>	<p><b>القسم ٧</b> ألعاب صغيرة يغلب عليها طابع كرة السلة للصغار ألعاب تمهيدية للألعاب الكبيرة</p>	الألعاب