

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	جمباز	رقم الدرس	٢	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /
الخبرة	الدرجة الأمامية الطائرة			المكان	ساحة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة	الدرجة الأمامية المتكورة		
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يؤدي الطالب الدرجة الأمامية الطائرة بشكل صحيح			صافره		نموذج للمهارة			
معرفي	أن يعرف الطالب بعض المفاهيم الميكانيكية المرتبطة ببعض مهارات الجمباز .			أقماع		أسطح مائلة		الممارسة	
انفعالي	أن يتعزز لدى الطالب صفة الشجاعة			مراتب		بطاقات المهام			

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	الجري والارتقاء بكل القدمين لدفع الأرض والطيران لأعلى وللإمام.	٢	عند الطيران يكون الجسم مفرداً تماماً وعلياً والذراعان مائلتان عالياً والرأس للأعلى.
٣	عند بدء الهبوط تخرج الذراعان إلى الأمام مع اتجاه الكتفين للأرض.	٤	عند الهبوط توضع اليدين على الأرض والأصابع تتجه للأمام والجسم مفرد لمحاولة المرور بوضع الوقوف على اليدين.
٥	يعقب المرور بوضع الوقوف على اليدين، ثني الذراعان والرأس والركبتان على الصدر لأداء الدرجة الأمامية المتكورة والانتهاج بوضع الوقوف.	٦	

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>(وقوف) الجري حول الملعب .</p> <p>(وقوف) الجري الجانبي بعرض الملعب</p> <p>(وقوف-الذراعان جانباً) تبادل لف الجذع على الجانبين . (جلوس على أربع) قذف القدمين خلفاً</p> <p>(انبطاح مائل) دفع الأرض بالقدمين ورفعها عالياً معاً .</p> <p>- التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها .</p> <p>- قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام .</p> <p>- أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم .</p> <p>يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية :- أداء الدرجة الأمامية المتكورة - أداء الدرجة الأمامية المتكورة من الجري و الارتفاع - الجري و الارتفاع للوثب مع عمل درجة أمامية وتعدية بعضاً من أجزاء الصندوق العليا .</p> <p>- نفس التمرين السابق مع زيادة الارتفاع تدريجياً ومد اليدين بعيداً إلى الأمام - نفس التمرين السابق مع زيادة مد الجسم - من الجري و الارتفاع للوثب عالياً وإلى الأمام ، يأخذ الجسم وضع الطيران في الهواء على أقصى ارتفاع ، مع تثبيت اللاعب في هذا الوضع بواسطة مساعدين على كلا الجانبين - نفس التمرين السابق مع استمرار الحركة لبدء الهبوط ، حيث يعمل المساعدين على معاونته الطالب في النزول ببطء للارتكاز على اليدين والجسم مفرد ماراً بوضع الوقوف على اليدين ثم الدرجة أماماً</p> <p>- أداء الدرجة الأمامية الطائرة كاملة بوجود مساعدين ، ثم مساعد واحد ، ثم أداء المهارة كاملة بدون مساعد</p> <p>(وقوف) الجري الخفيف حول الملعب - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم .</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
<p>- أداء عدة درجات متتالية .</p> <p>- أداء الخبرة التعليمية من أوضاع مختلفة وفق مواصفات الأداء الصحيح (المشي ، الجري ، من على سطح مرتفع)</p> <p>- إعطاء فرصة للطلاب لابتكار أوضاع جديدة تؤدي منها الدرجة</p>	<p>- تشجيع الطلاب بشكل مستمر على الأداء المتميز</p> <p>- إعطاء فرصة لتشجيع الطلاب بعضهم البعض</p> <p>- مقارنة أدائهم مع مواصفات الأداء الصحيح للخبرة التعليمية</p> <p>الموضح في بطاقة المهام المعروضة في ساحة العب</p>	<p>- تنظيم مسابقات فردية أو جماعية يكون الأداء فيها جماعياً لكل فريق مع بعض لمهارة الدرجة الأمامية الطائرة</p>

تقويم الخبرة		
الجانب المهاري	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم للدرجة الأمامية الطائرة	أذكر مواصفات الأداء للدرجة الأمامية الطائرة ؟	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس

الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية
	- كتابة ملخص لمواصفات الأداء الصحيح للدرجة الأمامية الطائرة ؟

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	قائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	جمباز	رقم الدرس	٣	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /
الخبرة	الشقلبة الأمامية علي اليدين بالارتقاء المفرد		المكان	ساحة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة		الدرجة الخلفية المتكورة		
المجال	الهدف		الأدوات		أسلوب التعليم المتبع				
نفس حركي	أن يؤدي الطالب الشقلبة الأمامية علي اليدين بالارتقاء المفرد بشكل صحيح		صافره		نموذج للمهارة				
معرفي	أن يعرف الطالب بعض المفاهيم الميكانيكية المرتبطة ببعض مهارات الجمباز .		أقماح		مراتب		الممارسة الاكتشاف الموجه		
انفعالي	أن يتعزز لدى الطالب صفة الشجاعة		بطاقات المهام						

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	الاقتراب: تبدأ هذه الحركة بالاقتراب بالجري من ٢-٣ خطوات، حيث يتم رفع رجل الارتقاء إلى الزاوية القائمة مع ميل الجذع قليلاً للأمام ومرجة الذراعين أماماً علياً والرأس بين الذراعين	٢	الارتقاء: يركز اللاعب باليدين على الأرض والذراعان مفردتين مع ملاحظة استقامتهما مع الجذع والكتفين، ثم تبدأ مرجة الرجل الخلفية الحرة مع دفع الأرض بقدم الارتقاء ليأخذ الجسم طريقه مفرداً لأعلى.
٣	الدفع والمرجة: يراعى عند مرجة الرجل الحرة للخلف ولأعلى أن يكون الدفع باليدين مركزياً بحيث يمر خط القوة المكتسبة من اليدين عبر الكتفين والجذع ومنطقة الحوض، وبحيث يقع مركز ثقل الجسم فوق الرأس والذراعين مروراً بوضع الوقوف على اليدين، حتى يمكن تحقيق الطيران اللازم.	٤	الطيران: وهي الفترة القصيرة التي يمكنها الجسم في الهواء على شكل نصف دائرة بحيث تكون الرأس بين الذراعين والرجلين مضمومين، ويتوقف نجاح هذه المرحلة على مقدار مرجة الرجل الحرة والدفع بقدم الارتقاء، مع الدفع المركزي باليدين
٥	الهبوط: تتم مرحلة الهبوط بنجاح عند استقبال الأرض بالقدمين على الأمشاط أولاً ثم الكعبين، مع ثني الركبتين قليلاً لامتصاص قوة الجاذبية الأرضية.		

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>(وقوف) الجري حول الملعب .</p> <p>(وقوف) الجري الجانبي بعرض الملعب</p> <p>(وقوف-الذراعان جانباً) تبادل لف الجذع علي الجانبين .</p> <p>(انبطاح مائل) دفع الأرض بالقدمين ورفعها علياً معا .</p> <p>- التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها . قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام</p> <p>- أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية :-</p> <p>(أ) التدريب على الاقتراب : (المشي أماماً ، ثم رفع الذراعان أماماً علياً مع ثني ركلة رجل الارتقاء . ب) الجري أماماً وعند الوصول إلى مكان الارتقاء ، مرجة الذراعان أماماً علياً مع ثني ركلة رجل الارتقاء . التدريب على الارتقاء و المرجة : (أ) الاقتراب و الارتقاء أمام حناك ميطان بوسادة لأداء الوقوف على اليدين مع ملاحظة أداء المرجة بقوة وسرعة وأن تكون اليدين بعيدتان قليلاً عن الحائط ب) نفس التدريب السابق مع المشي ، ثم الجري (ت) نفس التدريب السابق بمساعدة زميلين متشابهين الأيدي ، ويمكن أداء هذا التدريب من الثبات ثم من المشي ، ثم من الجري . - التدريب على الدفع : يقف الطالب مستنداً بظهره للحائط مع وضع اليدين خلف الرأس وثني الركبتين قليلاً ، دفع الحائط بمد الذراعين و الحوض للأمام ، مع الركبتين بقوة حتى يندفع الجسم للأمام منتهباً بالوقوف على المشطين - (رقاد قرفصاء ، الذراعان أماماً) دفع الأرض بالحوض القدمين للوقوف على الأرض بمساعدة الزميل - الاقتراب و الارتقاء ثم الدفعة باستخدام سلم القفز بدلا من الأرض و الهبوط باليدين في وضع الوقوف على اليدين متبوعاً بالدرجة الأمامية - وقوف الجري الخفيف حول الملعب - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
- أداء عدة شقلبات أمامية علي اليدين بالارتقاء المفرد متتالية .	- تشجيع الطلاب بشكل مستمر على الأداء المتميز - إعطاء فرصة لتشجيع الطلاب بعضهم البعض - مقارنة أدائهم مع مواصفات الأداء الصحيح للخبرة التعليمية الموضح في بطاقة المهام المعروضة في ساحة العب	- تنظيم مسابقات فردية أو جماعية يكون الأداء فيها جماعياً لكل فريق مع بعض لمهارة الشقلبة الأمامية علي اليدين بالارتقاء المفرد

تقويم الخبرة		
الجانب المهاري	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم للشقلبة الأمامية علي اليدين بالارتقاء المفرد	أذكر مواصفات الأداء للشقلبة الأمامية علي اليدين بالارتقاء المفرد ؟	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس

الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية - كتابة ملخص لمواصفات الأداء الصحيح للشقلبة الأمامية علي اليدين بالارتقاء المفرد ؟
-------------------	---

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	قائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	جمباز	رقم الدرس	٤	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /
الخبرة	مهارة الميزان الأمامي و الجانبي و الخلفي			المكان	ساحة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة	الميزان الجانبي	الميزان الأمامي	
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يؤدي الطالب الميزان (الأمامي - الجانبي - الخلفي) بشكل صحيح			صافره		نموذج للمهارة	الممارسة		
معرفي	أن يعرف الطالب بعض المفاهيم الميكانيكية المرتبطة ببعض مهارات الجمباز .			بطاقة المهام		أقمار			
انفعالي	أن يتعزز لدى الطالب صفة الشجاعة								

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	الميزان الأمامي: ١. الرجل التي يرتكز عليها الجسم في وضع التوازن تكون مفرودة كما يشير مشط قدم الارتكاز إلى الأمام. ٢. رفع الرجل الحرة يكون إلى الخلف وإلى أعلى مدى ممكن، والمشط يشير للخارج. ٣. ميل الجذع للأمام كنتيجة لرفع الرجل إلى أعلى. ٤. الجسم يصل إلى الوضع الأفقي وعمودي على الرجل المرتكزة والظهر مقوس. ٥. الذراعان مفرودتان، وفي وضع متألفاً عالياً أو إلى الجانبي، والنظر للأعلى وإلى الأمام، ويحيث تنتهي الرأس للخلف. ٦. الرأس والرجل المرفوعة على خط واحد.	٢	الميزان الجانبي: ١. مشط قدم الارتكاز يكون للخارج قليلاً للمساعدة في الثبات. ٢. الرجل المرتكزة مفرودة ومشدودة. ٣. رفع الرجل الحرة مفرودة إلى الجانبي وإلى أعلى ارتفاع ممكن. ٤. من الوقوف والذراعان عالياً ينقل الطالب وزن جسمه على قدم الارتكاز. ٥. أثناء رفع الرجل للجانبي، يحدث ثني لمفصل فخذ القدم المرتكزة، ويقابل ذلك مد مفصل القدم الحرة المرفوعة جانبياً عالياً. ٦. رفع الرجل يفقد جسم الطالب لأداء الميزان الجانبي. ٧. ميل الجسم للجانبي يكون ببطء وعكس الرجل الحرة. ٨. مع ميل الجسم، يتحرك الذراع العلوي بحركة مستمرة لعمل نصف دائرة ليأتي بجانب الجسم. ٩. الذراع الأخرى مفرودة بجانب الرأس. ١٠. عند الثبات في وضع الميزان الجانبي يظهر الجسم وكأنه مقوساً من الجانبي (التقوس بسيط).	٣	الميزان الخلفي: ١. الارتكاز على رجل واحدة وعدم ثني مفصلي الركبتين، ونقل ثقل الجسم على قدم الارتكاز. ٢. قدم الرجل الأمامية الحرة تكون أعلى من مستوى الحوض وعلى خط مستقيم مع الرأس. ٣. النظر للأمام ومتجه إلى قدم الرجل الحرة (الأمامية). ٤. الذراعان أماماً. ٥. يجب أن يقع ثقل الجسم عمودياً على منتصف قاعدة الارتكاز (قدم الارتكاز)، ويتم ذلك بتحريك الذراعين والرجل الحرة والجذع.
---	---	---	--	---	---

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>(وقوف) الجري حول الملعب .</p> <p>(وقوف) الحجل على القدم اليمنى .</p> <p>(وقوف) الوثب في المكان مع فتح القدمين .</p> <p>(وقوف- الذراعان جانبا) الصعود والهبوط على مقعد سويدي .</p> <p>(وقوف) رفع الذراعين عالياً مع أحد القدمين</p> <p>- التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها - قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام - أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية :- شرح مبسط للمهارة باستخدام النموذج التوضيحي مع إعطاء نموذج حي</p> <p>بعد إعادة شرح مادة الدرس يتم تقسيم الفصل إلى مجموعتين متواجهتان متساويتين ومتجانستين</p> <p>- تقوم كل مجموعة بأداء عمل ميزان أمامي وخلفي وجانبي بالتبادل بين المجموعتين على أن يستند كل طالب على زميلة المواجه مع تصحيح الأخطاء الفنية - إعطاء الطلاب الوقت الكافي لأداء الميزان الأمامي و الجانبي و الخلفي مع الثبات دون السند من الزميل - (وقوف) الجري الخفيف حول الملعب - الإغستال بعد أداء الحصة مباشرة - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم .</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
اطلب من الطلاب المشي ومن ثم التوقف عمل الميزان الجانبي أو الأمامي أو الخلفي و الثبات لتحديد أفضل أداء اطلب من الطلاب الجري ومن ثم الوقوف فجاه والارتكاز على قدم و الثبات لمدة ٣ ث .	- يكون الجسم أكثر ثباتاً عندما يرتكز على قاعدة ارتكاز كبيرة مقارنة بارتكازه على قاعدة صغيرة - يزداد ثبات الجسم بقرب مركز ثقله من قاعدة الارتكاز.	عمل مسابقة في الميزان الأمامي و الجانبي و الخلفي للطلاب أثناء الفسحة مع التركيز على الأداء الفني للمهارة و تصحيح الأخطاء

تقويم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم للميزان العالي الأمامي ،والخلفي ، والجانبي	أذكر مواصفات الأداء للميزان العالي الأمامي ،والخلفي ، والجانبي ؟	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء وبعد تطبيق الدرس

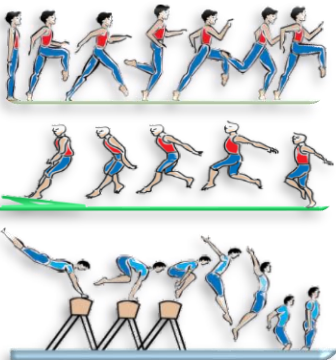
الواجبات المنزلية	تكاليف الطلاب ببعض المهام المنزلية - كتابة ملخص لمواصفات الأداء الصحيح للميزان العالي الأمامي ،والخلفي ، والجانبي ؟
-------------------	---

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	فائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	جمباز	رقم الدرس	٥	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /
الخبرة	مهارة القفز داخلا على المهر بالطول			المكان	ساحة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة	القفز على المهر عرضا		
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يؤدي القفز داخلا على المهر بطريقة صحيحة			صافره		نموذج للمهارة		الاكتشاف الموجه	
معرفي	أن يعرف الطالب بعض المفاهيم الميكانيكية المرتبطة ببعض مهارات الجمباز .			صندوق القفز		مراتب			
انفعالي	أن يتعزز لدى الطالب صفة الشجاعة			بطاقة مهام		مهر			

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	الاقترب والارتقاء: أن يكون الجري في مرحلة الاقتراب في خط مستقيم وعلى الأمشاط وبخطوات طويلة متدرجة تنتهي بخطوات قصيرة مثل الوصول إلى سلم الارتفاع مع تحريك الذراعين عكس اتجاه الرجلين، وميل الجذع قليلاً إلى الأمام، وتركيز النظر على سلم الارتفاع يبدأ الارتفاع من الخطوة الأخيرة في مرحلة الاقتراب وذلك بضم الرجل الخلفية إلى الأمامية (الحرّة)، والهبوط بالمشطين مضمومتين على سلم الارتفاع مع ثني الفخذين من (٥-٢٥ درجة) ومرجحة الذراعين خلفاً	٢	الطيران: بعد الارتفاع يرتفع الجسم لأعلى مع مد مفصلي الفخذين ومرجحة الذراعين أماماً خلفاً عالياً، حتى يصل الجسم إلى استقامته الكاملة أعلى من المستوى الأفقي دون أي تقوس مع المحافظة على وضع الرأس بين الذراعين
٣	الارتكاز والدفع: عند وصول الجسم إلى الاستقامة الكاملة أعلى من المستوى الأفقي، يتم توجيه اليدين إلى منطقة الارتكاز على المهر. ثم يتم الدفع بهما بقوة وسرعة لحظة وصول الكتفين عمودياً مع اليدين، وبحيث يمر خط عمل قوة الدفع بمركز ثقل الجسم لضمان نجاح القفزة	٤	الهبوط: تبدأ مرحلة الهبوط باستقامة الجسم بعد الانتهاء من أداء القفزة مع توجيه القدمين لأسفل في اتجاه الأرض، حيث يتم استقبالها بالمشطين مع الثني البسيط لمفصلي الفخذين والركبتين لامتناس قوة الارتطام بالأرض مع المحافظة على وقوع مركز ثقل الجسم داخل قاعدة الارتكاز (القدمين) ومرجحة الذراعين مانحاً عالياً .

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>(وقوف) الجري أماماً وجانباً وخلفاً .</p> <p>(وقوف) الجري أماماً مع دوران الذراعين في جميع الاتجاهات</p> <p>(وقوف) دوران الرقبة . (جلوس التكور) التحرك أماماً .</p> <p>(وقوف) المشي على المشطين مع مد الجذع والرأس عالياً</p> <p>(وقوف) جلوس التكور .</p> <p>- التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها .</p> <p>- قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام</p> <p>- أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم .</p> <p>يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب بطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية</p> <ul style="list-style-type: none"> • الجري ثم الارتفاع من لوحة الارتفاع والطيران والهبوط دون استخدام الجهاز . • التمرين السابق باستخدام صندوق بارتفاع قليل . • الجري والارتفاع والطيران والهبوط باستخدام الصندوق المقسم • التمرين باستخدام المهر للقفز بمساعدة الزميل . • أداء القفز داخلا على المهر بالطول بدون سند <p>- (وقوف) مرجحة الذراعين في جميع الاتجاهات - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
الاقترب والارتفاع على سلم الارتفاع للوثب لأعلى على المهر بالطول مع محاولة ضم الركبتين إلى الصدر ثم الهبوط	حث الطالب على مقارنة أداء كل مهم بمواصفات الأداء الصحيح - القيام بعرض نموذج بعد التوصل لأداء الخبرة ، وحث الطلاب على متابعة النموذج - لفت انتباه الطلاب لمعرفة بعض الأخطاء الفنية من تلقاء أنفسهم و القيام بتعزيزها	إقامة مسابقات في القفز داخلا على المهر بالطول أثناء الفسحة للطلاب مع تحفيز الطلاب ببعض الجوائز .

تقويم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم للقفز داخلا على المهر بالطول	أذكر مواصفات الأداء للقفز داخلا على المهر بالطول	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس

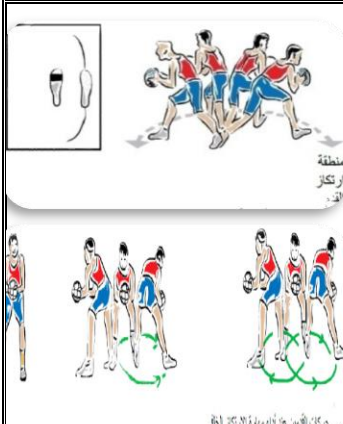
الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية - أن يكتب الطالب الخطوات الفنية لمهارة للقفز داخلا على المهر بالطول
-------------------	---

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	فائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة سلة	رقم الدرس	٦	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /
الخبرة	مهارة الارتكاز الخلفي			المكان	ساحة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة	مسك الكرة	وقفة الاستعداد	
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يؤدي الطالب الارتكاز الخلفي بشكل صحيح			صافره	نموذج للمهارة				
معرفي	أن تتعزز لدى الطالب معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة			أقماع	كرات سلة			الاكتشاف الموجه	
انفعالي	أن تتعزز لدى الطالب روح المنافسة المحمودة مع زملائه أثناء النشاط البدني			بطاقة مهام					

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	تكون إحدى القدمين إماماً ويكون ثقل الجسم على قدم الارتكاز وهي القدم الثابتة بعد أن ترفع كعبها عن الأرض .	٢	يكون الظهر مستقيماً وتمسك الكرة بالأصابع وتكون مبسوطة مع ثني المرفقين وتكون اليدين قريبتان من الجسم
٣	إذا كان التحرك جهة اليسار فإن القدم اليمنى تعتبر قدم الارتكاز وتبقى على الأرض مع بقاء القدم اليسرى حرة للتحرك	٤	أن تعمل القدمان معا في وقت واحد ، بحيث لا يكون هناك تجزئة في الحركة أثناء الدوران

إجراءات التنفيذ	شكل توضيحي للمهارة
<p>- يقف الطلاب في قاطرة توضع عصي متوازية على الأرض في صفين الحجل على الرجل اليمنى في الصف الأول وعلى الرجل اليسرى في الصف الثاني وهكذا .</p> <p>- (وقوف نصفاً) مسك القدم خلفاً مع شدها ثم التبديل .</p> <p>- (وقوف) ميل الجذع للأمام مع لمس الأرض بالكف والثبات لمدة (٣) .</p> <p>- (وقوف) الوثب في المحل إماماً وخلفاً .</p> <p>- (انبطاح - الذراعان عالياً) ثني أعلى الجذع خلفاً .</p> <p>- (وقوف - ثبات الوسط) الوثب في المكان مرتين ثم الوثب خلفاً مرتين . - (جلوس طويلاً فتحاً) ثني الجذع إماماً مع محاولة لمس المشطين .</p> <p>- (وقوف) المرحة العمودية مع رفع العقبين في العدة الثالثة . - التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها . قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام . أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم . يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم . يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ١- أداء المهارة من قبل المعلم . ٢- أداء الحركة ببطء . ٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية . ٤- تصحيح الأخطاء أول بأول . ٥- عمل نموذج لأحد الطلاب . ٦- يعطى الطالب وقت كافي للممارسة . ٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة . ٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة . (وقوف) الجري الخفيف حول الملعب - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم</p>	 <p>منطقة ارتكاز القدم</p> <p>هناك نفس أداء مهارة الارتكاز الخلفي</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
- ربط هذه المهارة بمهارات التمرير المختلفة - أداء المهارة في مساحات ضيقة مع وضع لاعب يحاول قطع الكرة من اللاعب	- حث الطالب على مقارنة أداء كل مهم بمواصفات الأداء الصحيح - القيام بعرض نموذج بعد التوصل لأداء الخبرة ، وحث الطلاب على متابعة النموذج - لفت انتباه الطلاب لمعرفة بعض الأخطاء الفنية من تلقاء أنفسهم و القيام بتعزيزها	- إقامة مسابقات في الارتكاز الخلفي أثناء الفسحة للطلاب مع تحفيز الطلاب ببعض الجوائز .

تقويم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم لمهارة الارتكاز الخلفي	أذكر مواصفات الأداء لمهارة الارتكاز الخلفي	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء وبعد تطبيق الدرس

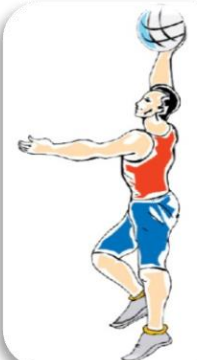
الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية - مشاهدته سي دي تعليمي في المنزل يشرح كيفية أداء الارتكاز الخلفي - تكليف الطلاب مشاهدة مباراة لكرة السلة وتحديد عدد مرات الارتكاز الخلفي في المباراة .
-------------------	--

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	فائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

١٤٣ / /	تاريخ تنفيذ	٢-١	عدد الدروس	٧	رقم الدرس	كرة سلة	الوحدة	الثاني المتوسط	الصف
		الرمية الحرة	المتطلبات السابقة للخبرة	ساحة مناسبة	المكان	مهارة التمريرة الخطافية		الخبرة	
أسلوب التعليم المتبع		الأدوات		الهدف			المجال		
الاكتشاف الموجه	الممارسة	نموذج للمهارة	صافره	أن يؤدي الطالب التمريرة الخطافية بشكل صحيح			نفس حركي		
		كرات سلة	أقماع	أن تتعزز لدى الطالب معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة			معرفي		
			بطاقة مهام	أن تتعزز لدى الطالب روح المنافسة المحمودة مع زملائه أثناء النشاط البدني			انفعالي		

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	تمسك الكرة باليدين ثم تسحبان جانباً وتؤخذ خطوة في اتجاه عمودي على خط التمرير حيث ينتقل ثقل الجسم على القدم الأمامية عند أداء التمريرة .	٢	تتحرك الذراع وهي ممتدة بطريق دائري فوق الرأس وعند ملامستها الأذن تدفع الكرة بالرسغ والأصابع نحو الزميل المستلم
---	---	---	--

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>الارتداد : يقسم الفصل إلى مجموعتين متساويتين في شكل قاطرة ، بيد اللاعب الأول كرة بحيث يمررها على الحائط ومحاولة مسكها بعد ارتدادها من الحائط من اللاعب الذي يليه ... وهكذا .</p> <p>- (وقوف) ميل الجذع إماماً أسفل مع مسك الساقين والثبات لمدة (٣ ث). - (جلوس على أربع) مد رجل واحدة جانباً والارتكاز على الأخرى ثم التبدل . (وقوف - الكرة بين القدمين) لف الرجلين جانباً بالتبادل . (جلوس طويل فتحاً - الكرة خلف الرأس) قذف الكرة عالياً ومد الذراعين إماماً لاستلامها . (وقوف - ثبات الوسط) الوثب في المكان وعند العدة الرابعة الجلوس على أربع . (وقوف فتحاً - الذراعان جانباً) ميل الجذع لمحاولة لمس الرجل باليد . - (جتو أفقي) مد الرجل خلفاً مع رفع الذراع العكسية عالياً . - التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها . قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام - أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ١- أداء المهارة من قبل المعلم . ٢- أداء الحركة ببطء . ٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية . ٤- تصحيح الأخطاء أول بأول . ٥- عمل نموذج لأحد الطلاب . ٦- يعطى الطالب وقت كافي للممارسة . ٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة - (وقوف) الجري الخفيف حول الملعب - الاعتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
- استخدام مسافات أبعد بين الطلاب بحيث تزداد صعوبة الدقة والتحكم في الكرة . - وضع حاجز أمام الطلاب قبل التمرير - وقوف عدد من الطلاب أمام الممرر كمدافعين	- حث الطالب على مقارنة أداء كل مهم بمواصفات الأداء الصحيح - القيام بعرض نموذج بعد التوصل لأداء الخبرة ، وحث الطلاب على متابعة النموذج - لفت انتباه الطلاب لمعرفة بعض الأخطاء الفنية من تلقاء أنفسهم و القيام بتعزيزها	- إقامة مسابقات في التمريرة الخطافية أثناء الفسحة للطلاب مع تحفيز الطلاب ببعض الجوائز .

تقويم الخبرة		
الجانب المهاري	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم لمهارة التمريرة الخطافية	أذكر مواصفات الأداء لمهارة التمريرة الخطافية	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء وبعد تطبيق الدرس

الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية - مشاهد سي دي تعليمي في المنزل يشرح كيفية أداء التمريرة الخطافية - تكليف الطلاب مشاهدة مباراة لكرة السلة وتحديد عدد مرات التمريرة الخطافية في المباراة .
-------------------	--

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	فائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة سلة	رقم الدرس	٨	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /
الخبرة	مهاره التصويب من الوثب			المكان	ساحة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة	الرمية الحرة	الوثب بالقدمين من الثبات	
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يؤدي الطالب التصويب من الوثب بشكل صحيح			صافره	نموذج للمهارة				
معرفي	أن تتعزز لدى الطالب معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة			أقماع	كرات سلة			الممارسة الاكتشاف الموجه	
انفعالي	أن يقدر الطالب الروح الرياضية المنبثقة من الخلق الإسلامي أثناء النشاط البدني			بطاقة مهام					

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	يدفع الطالب الأرض بالقدمين مع بسط الركبتين ليثب عالياً.	٢	عندما يؤدي الطالب التصويب من الوثب يجب مد الذراع ودفع الكرة بالأصابع باتجاه السلة مع متابعة الكرة .
٣	يكون التصويب بيد واحدة أو كلتا اليدين .	٤	يراعى عند أخذ خطوات ما قبل الوثب أن تكون قصيرة وسريعة

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>يجري اللاعبون في الملعب ومع كل لاعب كرة عند الإشارة يبدأ رفع الكرة إلى أقصى ارتفاع ممكن ويلقفها من الوثب ويكرر نفس التمرين .</p> <p>- (جلوس على أربع) مد قدم واحدة جانباً والارتكاز على الأخرى ثم التبديل .</p> <p>- (جلوس طويلاً) ثني الركبة على الصدر مع مسكها باليدين والثبات ثم التبديل .</p> <p>- (وقوف - ثبات الوسط) الوثب في المكان . - (وقوف) الوثب في المكان مع دوران الذراعين أماماً خلفاً عالياً .</p> <p>- (وقوف) الجري ثم الوثب . - (وقوف فتحاً - الذراعان عالياً) ثني الجذع جانباً .</p> <p>- (جلوس طويلاً - الذراعان أماماً) ثني الذراعين على الصدر مع ثني الركبتين التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها - قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام - أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية :</p> <p>١- أداء المهارة من قبل المعلم .</p> <p>٢- أداء الحركة ببطء .</p> <p>٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية .</p> <p>٤- تصحيح الأخطاء أول بأول .</p> <p>٥- عمل نموذج لأحد الطلاب .</p> <p>٦- إعطي الطالب وقت كافي للممارسة .</p> <p>٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة</p> <p>٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة</p> <p>- (وقوف) الجري الخفيف حول الملعب - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
<p>- ربط هذه المهارة بمهارة أخرى وهي التمرير بأشكاله المختلفة</p> <p>- وضع حاجز أمام الطلاب قبل التصويب</p> <p>- وقوف عدد من الطلاب أمام المصوب كمدافعين</p>	<p>- حث الطالب على مقارنة أداء كل مهم بمواصفات الأداء الصحيح</p> <p>- القيام بعرض نموذج بعد التوصل لأداء الخبرة ، وحث الطلاب على متابعة النموذج</p> <p>- لفت انتباه الطلاب لمعرفة بعض الأخطاء الفنية من تلقاء أنفسهم و القيام بتعزيزها</p>	<p>- إقامة مسابقات في التصويب من الوثب أثناء الفسحة للطلاب مع تحفيز الطلاب ببعض الجوائز .</p>

تقويم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم لمهارة التصويب من الوثب	أذكر مواصفات الأداء لمهارة التصويب من الوثب	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء وبعد تطبيق الدرس

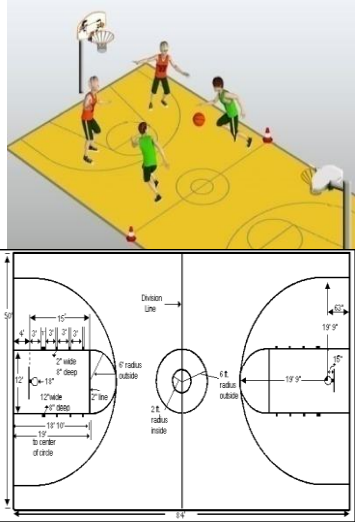
الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية
	<p>- مشاهده سي دي تعليمي في المنزل يشرح كيفية أداء التصويب من الوثب</p> <p>- تكليف الطلاب مشاهدة مباراة لكرة السلة وتحديد عدد مرات التصويب من الوثب في المباراة .</p>

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	فائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة سلة	رقم الدرس	٩	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /
الخبرة	تطبيق القوانين الضرورية في كرة السلة في المنافسات			المكان	ملعب كرة سلة	المتطلبات السابقة للخبرة	التمرير بأنواعه		
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يطبق قانون اللعبة أثناء المنافسة			صافره		نموذج للمهارة			
معرفي	أن يتعزز لدى الطالب معرفة بعض القوانين التي تحكم المنافسة .			أقماح		كرات سلة			
انفعالي	أن يقدر قيمة العمل الجماعي واحترام القوانين			بطاقة مهام		الممارسة			

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	- يحتسب التصويب من رمية حرة بنقطة واحدة .	٢	- التصويب من داخل القوس (نقطتان) ومن خارجة (ثلاث) نقاط.
٣	- يطرد من الملعب اللاعب الذي يرتكب خمس أخطاء شخصية	٤	- يبدأ اللعب من كرة مسقطة في منتصف الملعب .

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<ul style="list-style-type: none"> - (وقوف) الجري حول الملعب . - (وقوف) الجري من بين الأقماع . - (وقوف) مسك الحبل) تمرير الحبل من فوق الرأس وأسفل القدمين . - (وقوف- مواجه) تمرير الكرة للزميل أمام السلة للتصويب (:). - (وقوف) رمي الكرة لأعلي ولقفها . - التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها - قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام - أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية:- - الشرح من قبل المعلم عن قوانين كرة السلة باختصار . - تمارس هذه الرياضة على ملعب تقع حدوده ضمن مساحة مسطحة ولا يسمح للعب فوق أرض عشبية - يكون الملعب مستطيل وأبعاده (٢٨م طول x ١٥م عرض) ويسمح بالتعديل بان يقلص الطول إلى ٤م والعرض إلى ٢م . وترسم خطوط الملعب بوضوح ويكون عرضها ٥سم- السلة: - تكون في كل جانب من الملعب وتتكون من حلقة دائرية وشبكة متدلية منها - يكون قطر الحلقة الدائرية ٤٥ سم - تثبت الحلقة في لوحة خلفية في مسطح أفقي بحيث يكون ارتفاع الحلقة الدائرية عن الأرض ٣,٠٥ م - اللوحة الخلفية مقاسها (١,٢ x ١,٨)م ويتم صنعها عادةً من الخشب الناعم والصلب الذي تبلغ سماكته حوالي ٣سم إلى انه يمكن صنعها أيضاً من مادة شفافة غير صلبت تكون مناسبة للاعب . - (وقوف) المرجحة بزواوية . - الاعتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلى الفصل بشكل منتظم .

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
<ul style="list-style-type: none"> يتم تقسيم الفصل لمجموعتين متساويتين . المجموعة الأولى تراجع قوانين كرة السلة مع المعلم ، مع إصلاح الأخطاء الفنية للأداء . المجموعة الأخرى تشارك في منافسة في مصغرة في كرة السلة ثم التبدل بين المجموعتين بعد مرور زمن معين . 	<ul style="list-style-type: none"> حث الطالب على مقارنة أداء كل مهم بمواصفات الأداء الصحيح لفت انتباه الطلاب لمعرفة بعض الأخطاء الفنية من تلقاء أنفسهم و القيام بتعزيزها 	<ul style="list-style-type: none"> - إقامة مسابقات في كرة السلة أثناء الفسحة للطلاب مع تحفيز الطلاب ببعض الجوائز .

التقييم الذاتي	تقديم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب المهاري
استمارة محك التعلم للمهارة	أذكر بعض القوانين التي تحكم المنافس	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس	الجانب الانفعالي


الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية . - تكليف الطلاب بكتابة عشرة نقاط من قانون كرة السلة التي تحكم المنافسة .
-------------------	--

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	قائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة يد	رقم الدرس	١٠	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /	
الخبرة	مهارة التمرير من مستوى الركبة		المكان	ساحة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة		مسك الكرة بيد واحدة	التمرير من مستوى الحوض بيد واحدة		
المجال	الهدف		الأدوات		أسلوب التعليم المتبع					
نفس حركي	أن يؤدي الطالب التمرير من مستوى الركبة بشكل صحيح		صافره		نموذج للمهارة					
معرفي	أن تتعزز لدى الطالب معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة		أقماع		كرات يد		الممارسة الاكتشاف الموجه			
انفعالي	أن يقدر الطالب قيمة الروح الرياضية المنبثقة من الخلق الإسلامي أثناء المنافسة		بطاقة مهام							

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	تحريك الممرر ناحية الذراع الممررة ، مع نقل وزن جسمه على قدم الارتكاز	٢	يمكن أدائها بطريقتين : الأولى ، التمرير مع الاحتفاظ باستقامة أعل الجذع ، مما يزيد من فرصة عدم تمكن المدافع من قطع الكرة أو التصدي لها ، تستخدم هذه الطريقة غالباً عند الرغبة في إيصال الكرة لمسافة بعيدة
٣	الطريقة الثانية : فهي التمرير مع ميل الجذع ناحية الذراع الرامية	٤	

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>(وقوف في قاطرة) الجري المتعرج حول حدود الملعب .</p> <p>- (جلوس على أربع) مد قدم واحدة جانباً والارتكاز على الأخرى ثم التبديل .</p> <p>- (جلوس طولاً) ثني الركبة على الصدر مع مسكها باليدين والثبات ثم التبديل .</p> <p>- (وقوف فتحاً) ذراع جانباً الأخرى العضد جانباً والساعد لأعلى بالتبادل .</p> <p>- (وقوف - الذراعان عالياً) رفع العقابين وثني أعلى الجذع خلفاً .</p> <p>- (وقوف فتحاً) ثني الجذع أماماً أسفل والضغط على القدمين .</p> <p>- (وقوف فتحاً - الذراعان جانباً) دوران الذراعين .</p> <p>- التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها - قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام - أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ١- أداء المهارة من قبل المعلم . ٢- أداء الحركة ببطء . ٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية ٤- تصحيح الأخطاء أول بأول . ٥- عمل نموذج لأحد الطلاب . ٦- يعطى الطالب وقت كافي للممارسة . ٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة ٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة (وقوف) مرجحة الذراعين في جميع الاتجاهات - الاعتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلي الفصل بشكل منظم</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
- ربط هذه المهارة بمهارة أخرى وهي التمرير بأشكاله المختلفة - استخدام مسافات أبعد بين الطلاب بحيث تزداد صعوبة الدقة والتحكم في الكرة.	- حث الطالب على مقارنة أداء كل مهم بمواصفات الأداء الصحيح - القيام بعرض نموذج بعد التوصل لأداء الخبرة ، و حث الطلاب على متابعة النموذج - لفت انتباه الطلاب لمعرفة بعض الأخطاء الفنية من تلقاء أنفسهم و القيام بتعزيزها	- إقامة مسابقات في التمرير من مستوى الركبة أثناء الفسحة للطلاب مع تحفيز الطلاب ببعض الجوائز .

تقويم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم لمهارة التمرير من مستوى الركبة	أذكر مواصفات الأداء لمهارة التمرير من مستوى الركبة	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس

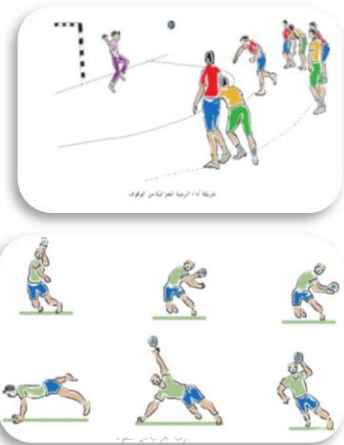
الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية - مشاهد سي دي تعليمي في المنزل يشرح كيفية أداء التمرير من مستوى الركبة - تكليف الطلاب مشاهدة مباراة لكرة القدم وتحديد عدد مرات التمرير من مستوى الركبة في المباراة .
-------------------	--

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	فائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة يد	رقم الدرس	١١	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /
الخبرة	مهارة رمية الجزاء		المكان	ساحة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة		التصويب من السقوط	التصويبة الكريجية من مستوى الحوض	
المجال	الهدف		الأدوات		أسلوب التعليم المتبع				
نفس حركي	أن يؤدي الطالب الرمية الجزائرية بشكل صحيح		صافره	نموذج للمهارة	الممارسة		الاكتشاف الموجه		
معرفي	أن تتعزز لدى الطالب معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة		أقماغ	كرات يد					
انفعالي	أن يقدر الطالب قيمة الروح الرياضية المنبثقة من الخلق الإسلامي أثناء المنافسة		بطاقة مهام						

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	في حالة استخدام اللاعب طريقة السقوط فعلية أن يحافظ على قدميه بوسع الصدر و الجزء العلوي من الجسم مائل قليلا إلى الأمام	٢	السقوط إلى الأمام بالدفع بقدم واحدة أو كليهما مع المحافظة على الرأس إلى الأعلى و النظر تجاه الحارس
٣	طرق اليد الساندة للكرة و جلب اليد المصوبة العليا و خلفا ، صوب بسرعة و بقوة	٤	بعد خروج الكرة من اليد يجب على اللاعب التهيب لملامسة الأرض ، امتص ارتطامك بالأرض عن طريق مد اليد مع ثني بسيط في المرفقين و استقبل الأرض بيديك لامتصاص صدمة الهبوط
٥	عند استخدام التصويب من الوقوف فإن اللاعب يؤديها مهارة التمرير من فوق الكتف ، ماعدا أن الغرض هنا هو تسجيل هدف	٦	

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>(وقوف في قاطرة) الجري على حدود الملعب . - (وقوف نصفاً) مسك القدم خلفاً مع شدها ثم التبدل . - (وقوف فتحاً - ظهرأ لظهر) تبادل لف الجذع جانبياً لتمرير الكرة للزميل (:) . - (وقوف فتحاً - ظهرأ لظهر) تبادل قل الجذع لتسليم الكرة للزميل (:) . - (وقوف) الجري في المكان . - (وقوف - الذراعان جانبياً) لف الجذع . - (انبساط مائل) ثني الذراعان . - التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها . - قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام . - أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : ١- أداء المهارة من قبل المعلم . ٢- أداء الحركة ببطء . ٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية ٤ - تصحيح الأخطاء أول بأول . ٥- عمل نموذج لأحد الطلاب . ٦- يعطي الطالب وقت كافي للممارسة . ٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة ٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة - (وقوف) مرجحة الذراعين في جميع الاتجاهات - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
<ul style="list-style-type: none"> - وضع حاجز أمام الطلاب قبل التصويب - وقوف عدد من الطلاب أمام المصوب كمدافعين - استخدام كرات بالحجم القانوني. 	<ul style="list-style-type: none"> - حث الطالب على مقارنة أداء كل مهم بمواصفات الأداء الصحيح - القيام بعرض نموذج بعد التوصل لأداء الخبرة ، و حث الطلاب على متابعة النموذج - لفت انتباه الطلاب لمعرفة بعض الأخطاء الفنية من تلقاء أنفسهم و القيام بتعزيزها 	<ul style="list-style-type: none"> - إقامة مسابقات في الرمية الجزائرية أثناء الفسحة للطلاب مع تحفيز الطلاب ببعض الجوائز .

تقويم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم لمهارة الرمية الجزائرية	أذكر مواصفات الأداء لمهارة الرمية الجزائرية	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس

الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية - مشاهد سي دي تعليمي في المنزل يشرح كيفية أداء الرمية الجزائرية - تكليف الطلاب مشاهدة مباراة لكرة يد وتحديد عدد مرات الرمية الجزائرية في المباراة .
-------------------	---

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	فائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة يد	رقم الدرس	١٢	عدد الدروس	٢-١	تاريخ تنفيذ	١٤٣ / /
الخبرة	مهارة التصويبة السلمية من المشي		المكان	ساحة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة		التمريرة الكرياجية من الثبات		
المجال	الهدف		الأدوات		أسلوب التعليم المتبع				
نفس حركي	أن يؤدي الطالب التصويبة السلمية شكل صحيح		صافره	نموذج للمهارة	الممارسة		الاكتشاف الموجه		
معرفي	أن يلم الطلاب بأهم القوانين التي ترتبط بأداء التصويبة السلمية		أقماع	كرات يد					
انفعالي	أن يقدر الطالب قيمة الروح الرياضية المنبثقة من الخلق الإسلامي أثناء المنافسة		بطاقة مهام						

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	الجري لاستقبال الكرة ثم الجري ثلاث خطوات من أجل إعطاء الجسم زخماً للوثب	٢	تؤدي خطوة ثالثة قطرية طويلة مع وضع القدم على الأرض وثني مفصل الركبة من أجل المساعدة في تغيير الزحف الأمامي إلى أعلى
٣	تعد الخطوة الأخيرة مهمة جداً لأنها تساهم في إيجاد القوة الدافعة لأعلى من أجل الوصول إلى أقصى ارتفاع مع رفع اليد المعاكسة قليلاً أمام الجسم من أجل الحفاظ على التوازن	٤	دوران الكتف بشك متعامد مع المرمى ، بحيث تكون اليد المصوبة خلفاً مع المحافظة على وضع الكرة فوق الرأس ، التي تبقى مع تركيز العينين على المرمى والحارس
٥	مرجحة الذراع غير المصوبة خلفاً وإدارة الكتف لمواجهة المرمى ، مع تحريك الذراع الرامية أمام بادنا بالمرفق و ساحبياً بسرعة للرسغ	٦	في لحظة انطلاق الكرة ، احني وسطك للمساعدة على إنتاج أكبر قدر من الطاقة مع الاستمرار في حركة المتابعة وملاحظة عدم الهبوط على الرجل الوائبة

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>الجري العادي على حدود ملعب كرة قدم . (وقوف) ثني الجذع أماماً أسفل مع لمس الكف الأرض والثبات لمدة (٣) ث . (جلوس طويلاً) ثني الركبة على الصدر ومسكها باليدين والثبات ثم التبديل . (وقوف) الوثب في المحل أماماً وخلفاً . (انبطاح - الذراعان عالياً) ثني أعلى الجذع خلفاً . (وقوف - الذراعان جانباً) ثني الركبتين كاملاً . (انبطاح) ثني الذراعين . (وقوف فتحاً - الذراعان جانباً) ثني الجذع أماماً أسفل مع تبادل لمس المشطين .</p> <p>- التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها - قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام - أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية :- أداء المهارة من قبل المعلم . ٢ - أداء الحركة ببطء . ٣ - أداء المهارة حسب خطواتها الفنية ٤ - تصحيح الأخطاء أول بأول . ٥ - عمل نموذج لأحد الطلاب . ٦ - يعطى الطالب وقت كافي للممارسة . ٧ - يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة ٨ - أداء المهارة بطريقة المنافسة (وقوف) مرجحة الذراعين في جميع الاتجاهات - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
- ربط هذه المهارة بمهارة أخرى وهي التمرير باشكاله المختلفة - وضع حاجز أمام الطلاب قبل التصويب - وقوف عدد من الطلاب أمام المصوب كمدافعين - عدم السماح للطلاب بالدخول في منطقة (٦ أمتار) لتعويدهم على قانون هذه التصويبة	- حث الطالب على مقارنة أداء كل مهم بمواصفات الأداء الصحيح - القيام بعرض نموذج بعد التوصل لأداء الخبرة ، و حث الطلاب على متابعة النموذج - لفت انتباه الطلاب لمعرفة بعض الأخطاء الفنية من تلقاء أنفسهم و القيام بتعزيزها	- إقامة مسابقات في التصويبة السلمية من المشي أثناء الفسحة للطلاب مع تحفيز الطلاب ببعض الجوائز .

تقويم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة محك التعلم لمهارة التصويبة السلمية من المشي	أذكر مواصفات الأداء لمهارة التصويبة السلمية من المشي	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء و بعد تطبيق الدرس


الواجبات المنزلية	تكليف الطلاب ببعض المهام المنزلية - مشاهدته سي دي تعليمي في المنزل يشرح كيفية أداء التصويبة السلمية من المشي - تكليف الطلاب مشاهدة مباراة لكرة يد وتحديد عدد مرات التصويبة السلمية من المشي في المباراة .
-------------------	---

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	فائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة طاولة	الأسبوع	١٣	عدد الدروس	١ - ٢	تاريخ تنفيذ	١٤٣/ / : ١٤٣/ /
الخبرة	مهارة الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب			المكان	صالة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة	مسك المضرب	وقفة الاستعداد	
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يؤدي الطلاب الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب			صافره		مضارب تنس طاولة			
معرفي	أن تتعزز لدى الطالب معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة			كرات تنس طاولة		بطاقة مهام		الممارسة	
انفعالي	أن تتعزز لدى الطالب أهمية النشاط البدني للمسلم			طاولة تنس طاولة					

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	الوقوف خلف الطاولة مع الميل قليلاً للجانب ، بحيث يواجه الكتف الأيسر الشبكة في حالة استخدام وجه المضرب ، و العكس في حالة استخدام ظهر المضرب (الكتف الأيمن يواجه الشبكة)	٢	تستقر الكرة في راحة اليد الحرة التي لا تقوم بضرب الكرة ، بحيث تبعد عن الجسم بمسافة حوالي نصف طول الذراع
٣	رمي الكرة لأعلى مسافة معقولة ، ثم تارجح الذراع الضاربة وهي مثنية بقدر ارتفاع الكتف	٤	ضرب الكرة إلى أسفل (القيام بحركة القطع للكرة) لكي يقطع المضرب الكرة في نقطة عند أسفل محيطها مع استمرار المضرب في حركته التكميلية إلى أسفل
٥	يحسن قيام اللاعب بحركة سريعة لثني الركبتين عند قيام بضرب (قطع) الكرة لضمان الحصول على مرونة منخفضة للكرة فوق الشبكة		

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
 <p>شكل ١ - أوضاع مسك الإرسال القاطع أثناء الدوران للظهر.</p> <p>شكل ٢ - أوضاع مسك الإرسال القاطع أثناء الدوران للوجه العكس.</p>	<p>لعبة صغيرة : ينتشر الطلاب في الملعب والجري بسرعات مختلفة مع تغيير الاتجاه وعند سماع الصافره الزحلقة الجانبية باستخدام وضع الدفاع للأرجل والأيدي ، ويكرر مع تغيير اتجاه الطالب من الوجه داخل الملعب ومن خارجه . (وقوف) تنطيط كرة الطاولة على المضرب - ويكرر باليد الأخرى . (وقوف) تمرير الكرة على الحائط بالمضرب . (وقوف- مواجه) تبادل تمرير الكرة بالمضرب مع الزميل (:) .</p> <p>- التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها . قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام</p> <p>- أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية : -</p> <p>١- تؤدي الحركة دون استخدام الكرة</p> <p>٢- تؤدي المهارة بوجه المضرب الخلفي إلى الجهة المقابلة بشكل قطري</p> <p>٣- التمرين السابق مع عودة القدم اليمنى إلى وضعها الأصلي</p> <p>٤- تؤدي الحركة إلى جهات مختلفة دون تحديد أماكن سقوط الكرة</p> <p>٥- تؤدي الحركة إلى جهات مختلفة باستخدام أسلوب الخداع (وقوف) الذراعان عاليًا تشبيك (قلب الكفين لأعلى مع رفع العقبين عن الأرض. (وقوف) مرجحة الذراعين جانباً معاً بالتوازي مع رفع العقبين عن الأرض.</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
في حال إتقان مراحل أداء الخبرة، يمكن التقدم بالأداء من خلال ما يلي :-إداء الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب بشكل متتالي عدد 10 مرات مع زميل آخر. وفي حال ضعف تعلم بعض مراحل الخبرة، يمكن التقدم بالأداء من خلال ما يلي :-إداء الإرسال مرة بوجه المضرب وأخرى بظهر المضرب.	-المشاركة في نشاط جماعي لتطبيق المعلومات المعرفية من شأنها تحسين أداء الطلاب لخبرة الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب في كرة الطاولة. -مقارنة أدائهم مع مواصفات الأداء الصحيح للخبرة التعليمية الموضحة في بطاقة الوسيلة المعروضة أمامهم. الشعور بالمتعة أثناء المشاركة في أنشطة كرة الطاولة.	يمكن للمعلم تنظيم أنشطة خلال أوقات الراحة (الفسحة) من شأنها تحسين أداء الطلاب للخبرة التعليمية كتنظيم مسابقات فردية لأداء خبرة الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب ، ويمكن للطلاب المشاركة فيها بشكل اختياري.

تقويم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب المهاري
الجانبي الانفعالي	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء وبعد تطبيق الدرس	استمارة ملاحظة الأداء الصحيح لخبرة الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب
	يتم التقويم المعرفي لخبرة الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب من خلال طرح أسئلة مباشرة لقياس مدى تحقق الأهداف المعرفية المرتبطة ببعض مواد قانون الإرسال في الكرة الطائرة:	


الواجبات المنزلية	-مشاهدة (CD) تعليمي في المنزل يوضح كيفية أداء خبرة الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب. -تكليف الطلاب بالبحث وفق إمكانات كل منهم عن معلومات حول خبرات كرة الطاولة مثل خبرة الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب وغيرها
-------------------	---

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	قائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة طاولة	الأُسبوع	١٤	عدد الدروس	٢ - ١	تاريخ تنفيذ	١٤٣/ / : ١٤٣/ /
الخبرة	مهارة الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب			المكان	صالة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة	مسك المضرب	وقفة الاستعداد	
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يؤدي الطالب الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب بشكل صحيح			صافره		مضارب تنس طاولة			
معرفي	أن تتعزز لدى الطالب معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة			كرات تنس طاولة		بطاقة مهام			
انفعالي	أن تتعزز لدى الطالب أهمية النشاط البدني للمسلم			طاولة تنس طاولة		الممارسة			

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	يقف الطلاب بحيث تكون قدمه اليسرى أقرب إلى حافة الطاولة من اليمنى مع مواجهة الكتف الأيسر للشبكة ، وذلك في حالة استخدام الذراع اليمنى لضرب الكرة ، و العكس في حالة استخدام الذراع اليسرى ، مع انثناء المرفق وأن يصل المضرب إلى أعلى	٢	يتخذ الطالب وضع وقفة الاستعداد هذه خلف الطاولة بحوالي مسافة (٣/٤) طول الذراع من المكان الذي سنصل فيه الكرة إلى أقصى ارتفاع لها
٣	يقوم الطالب بأرجحة المضرب من نقل ثقل الجسم خلفاً ، وذلك بمجرد لمس الكرة لسطح الطاولة ، ثم يقوم بأرجحة المضرب أماماً عالياً بحيث يضرب الكرة عند أعلى ارتفاع لها مع تغيير ثقل الجسم على القدم الأمامية	٤	أخيراً تتابع اليد حركة الكرة لأعلى الرأس وتسهم اليد الحرة في العمل على حفظ توازن الجسم

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<p>(وقوف فتحاً . الذراعين عالياً) ثني الجذع أماماً أسفل مع مسك الساقين والثبات لمدة 3 (ث.) (وقوف فتحاً) ثني الجذع خلفاً وملامسة عضلة الساق بالكفين والثبات 3 "ث. "</p> <p>(وقوف الوضع أماماً . ثبات الوسط) الوثب في المكان مع تبادل وضع القدمين .</p> <p>(جلوس طول فتحاً . الذراعان أماماً) ثني الجذع أماماً أسفل للضغط على القدمين بالتبادل .</p> <p>(وقوف فتحاً ميل . الذراعان جانباً) تبادل لمس القدمين</p> <p>- التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها .</p> <p>- قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام</p> <p>- أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية :-</p> <p>تؤدي حركة ضرب الكرة من الوقوف ثم المشي دون استخدام المضرب والكرة</p> <p>٢- التمرين السابق باستخدام الكرة والمضرب</p> <p>٣- تؤدي حركة ضرب الكرة من الوقوف خلف الطاولة بعد إسقاط الكرة باليد فوق الطاولة</p> <p>٤- تبادل الضربات الراجعة الأمامية بين زميلين وفي اتجاهات مختلفة</p> <p>٥- تبادل الضربات الراجعة الأمامية بين زميلين مع حساب عدد الضربات والزمن (وقوف . الذراعان عالياً تشبيك) قلب الكفين لأعلى مع رفع العقبين عن الأرض. (وقوف) مرجحة الذراعين جانباً معاً بالتوازي مع رفع العقبين عن الأرض.</p>

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
في حال إتقان مراحل أداء الخبرة، يمكن التقدم بالأداء من خلال ما يلي :-أداء الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب بشكل متتالي عدد 10 مرات مع زميل آخر. وفي حال ضعف تعلم بعض مراحل الخبرة، يمكن التقدم بالأداء من خلال ما يلي :-أداء الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب	-المشاركة في نشاط جماعي لتطبيق المعلومات المعرفية من شأنها تحسين أداء الطلاب لخبرة الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب في كرة الطاولة. مقارنة أدائهم مع مواصفات الأداء الصحيح للخبرة التعليمية الموضحة في بطاقة الوسيلة المعروضة أمامهم. الشعور بالمتعة أثناء المشاركة في أنشطة كرة الطاولة.	يمكن للمعلم تنظيم أنشطة خلال أوقات الراحة (الفسح) من شأنها تحسين أداء الطلاب للخبرة التعليمية كتنظيم مسابقات فردية لأداء خبرة الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب ، ويمكن للطلاب المشاركة فيها بشكل اختياري.

تقويم الخبرة	الجانب المعرفي	الجانب الاتفعا لي
الجان ب المهار ي	يتم التقويم المعرفي لخبرة الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب من خلال طرح أسئلة مباشرة لقياس مدى تحقق الأهداف المعرفية المرتبطة ببعض مواد قانون الإرسال في الكرة الطائرة:	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء وبعد تطبيق الدرس

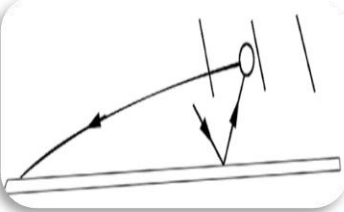
الواجبات المنزلية	-مشاهدة (CD) تعليمي في المنزل يوضح كيفية أداء خبرة الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب. تكليف الطلاب بالبحث وفق إمكانيات كل منهم عن معلومات حول خبرات كرة الطاولة مثل خبرة الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب
-------------------	--

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	قائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة طاولة	الأسبوع	١٥	عدد الدروس	٢ - ١	تاريخ تنفيذ	١٤٣/ / : ١٤٣/ /
الخبرة	الضربة الساحقة بوجه المضرب			المكان	صالة مناسبة	المتطلبات السابقة للخبرة	الضربة الأمامية بوجه المضرب		
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يؤدي الطالب الضربة الساحقة بوجه المضرب بطريقة صحيحة			صافره		مضارب تنس طاولة			
معرفي	أن تتعزز لدى الطالب معرفة بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة			كرات تنس طاولة		بطاقة مهام			
انفعالي	أن تتعزز لدى الطالب أهمية النشاط البدني للمسلم			طاولة تنس طاولة		الممارسة			

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	يتخذ الطالب تجاه الجانب الأيسر للطاولة قليلا	٢	يؤدي الطالب حركة تكميلية بالذدع مع اتجاه حركة المضرب وذلك لإكساب الضربة المزيد من القوة ، مع مراعاة سرعة العودة لوضع الاستعداد
٣	مراقبة المنافس عند محاولته إرجاع الكرة لإمكان الحكم عما إذا كان ذلك يستدعي القيام بأداء الضربة الساحقة أم لا ، إذ أن الفشل في أداء هذه الضربة غالبا ما يرجع إلى عدم توقع الطالب لنوع ضربة المنافس	٤	الثقة و التوقيت الصحيح وانتهاز الفرص من أهم الخصائص المطلوبة للنجاح في أداء هذه الضربة ، أن أضمن الكرات التي يمن إرجاعها باستخدام الساحقة هي تلك الكرات المرتدة في منتصف الملعب القريبة من الشبكة وعلى ارتفاع (٣٥ سم) من سطح الطاولة

إجراءات التنفيذ	شكل توضيحي للمهارة
<p>(وقوف فتحًا . الذراعين عاليًا) ثني الجذع أمامًا أسفل مع مسك الساقين والثبات لمدة 3 (ث.ث.) (وقوف فتحًا) ثني الجذع خلفًا وملامسة عضلة الساق بالساقين والثبات 3 "ث.ث." (وقوف الوضع أمامًا . ثبات الوسط) الوثب في المكان مع تبادل وضع القدمين. (جلوس طول فتحًا . الذراعان أمامًا) ثني الجذع أمامًا أسفل للضغط على القدمين بالتبادل. (وقوف فتحًا ميل . الذراعان جانبًا) تبادل لمس القدمين</p> <p>- التأكد من توفر المتطلب السابقة لهذه الخبرة مع توجيه بعض الأسئلة عن مواصفات الأداء الصحيح والتأكد من تطبيق الطلاب لها . قراءة بطاقة المهام الخاصة بالخبرة - الإجابة على استفسارات الطلاب عن محتويات بطاقة المهام</p> <p>- أداء نموذج للخبرة من قبل المعلم أو أحد الطلاب المتميزين - البدء بتطبيقها بشكل فردي من قبل الطلاب تحت إشراف المعلم - يقوم المعلم بمتابعة أداء الطلاب ببطاقة المهام ، وتسجيل رأيه إجمالاً في أداءهم ، وتقديم التغذية الراجعة المباشرة لهم - يتم تعليم الخبرة من خلال التدرج بتنفيذ الأنشطة التعليمية التالية :- ١- تؤدي الكرة حسب خطواتها الفنية دون كرة ومضرب ٢- التمرين السابق باستخدام المضرب ٣- تلتصق حافة الطاولة بالجدار ويقوم الطالب بالضربة الساحقة عند ارتداد الكرة من الطاولة وضربها نحو الحائط عدة مرات ٤- ضرب الكرة القادمة من الزميل ساحقة باتجاه النصف الأخر من الطاولة مع التدرج بالسرعة والقوة في الأداء (وقوف . الذراعان عاليًا تشبيك) قلب الكفين لأعلى مع رفع العقبين عن الأرض. (وقوف) مرجحة الذراعين جانباً معاً بالتوازي مع رفع العقبين عن الأرض</p>	

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
في حال إتقان مراحل أداء الخبرة، يمكن التقدم بالأداء من خلال ما يلي :-أداء الضربة الساحقة بوجه المضرب بشكل متتالي عدد 10 مرات مع زميل آخر. وفي حال ضعف تعلم بعض مراحل الخبرة، يمكن التقدم بالأداء من خلال ما يلي :-أداء الضربة الساحقة بوجه المضرب كل مرة على حده	-المشاركة في نشاط جماعي لتطبيق المعلومات المعرفية من شأنها تحسين أداء الطلاب لخبرة الضربة الساحقة بوجه المضرب في كرة الطاولة. -مقارنة أدائهم مع مواصفات الأداء الصحيح للخبرة التعليمية الموضحة في بطاقة الوسيلة المعروضة أمامهم. -الشعور بالمتعة أثناء المشاركة في أنشطة كرة الطاولة.	يمكن للمعلم تنظيم أنشطة خلال أوقات الراحة (الفسح) من شأنها تحسين أداء الطلاب للخبرة التعليمية كتنظيم مسابقات فردية لأداء خبرة الضربة الساحقة بوجه المضرب ، ويمكن للطلاب المشاركة فيها بشكل اختياري.

تقويم الخبرة

الجانب المهاري	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
استمارة ملاحظة الأداء الصحيح لخبرة الضربة الساحقة بوجه المضرب	يتم التقويم المعرفي لخبرة الضربة الساحقة بوجه المضرب من خلال طرح أسئلة مباشرة لقياس مدى تحقق الأهداف المعرفية المرتبطة ببعض مواد قانون الإرسال في الكرة الطائرة:	استمارة متابعة سلوكيات الطلاب أثناء وبعد تطبيق الدرس

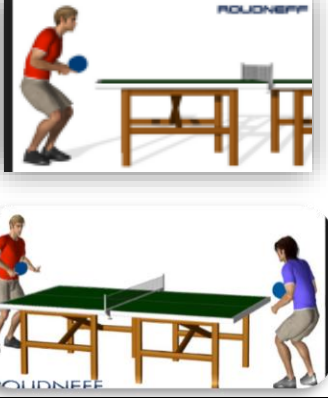
الواجبات المنزلية	مشاهدة (CD) تعليمي في المنزل يوضح كيفية أداء خبرة الضربة الساحقة بوجه المضرب. تكليف الطلاب بالبحث وفق إمكانات كل منهم عن معلومات حول خبرات كرة الطاولة مثل الضربة الساحقة بوجه المضرب
-------------------	---

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	قائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------

الصف	الثاني المتوسط	الوحدة	كرة طاولة	الأسبوع	١٦	عدد الدروس	٢ - ١	تاريخ تنفيذ	١٤٣/ / : ١٤٣/ /
الخبرة	تطبيق القوانين الضرورية في كرة الطاولة في المنافسات			المكان	طاولة تنس طاولة	المتطلبات السابقة للخبرة	الإرسال و الضربات الأمامية و الخلفية		
المجال	الهدف			الأدوات		أسلوب التعليم المتبع			
نفس حركي	أن يشارك الطلاب في منافسات فردية			مضارب كرة الطاولة		كرات طاولة		الواجب الحركي	
معرفي	أن يعرف الطلاب بعض القوانين الضرورية التي تحكم المنافسة			صافره				الاكتشاف الموجه	
انفعالي	أن يدرك الطلاب أهمية استثمار الوقت الحر								

ما ينبغي ملاحظته أثناء أداء الخبرة التعليمية

١	مشاركة جميع الطلاب	٢	مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب أثناء المنافسة
٣	كيفية احتساب النقاط وشروط الإرسال الصحيح	٤	تحديد عدد نقاط كل شوط

شكل توضيحي للمهارة	إجراءات التنفيذ
	<ul style="list-style-type: none"> - (وقوف) الجري حول الملعب . - (وقوف) القفز بالقدمين لتعدية حاجز . - (وقوف . مسك المضرب) تمرير الكرة علي الحائط بالمضرب - (نصف وقوف) تبادل الاتزان علي قدم الارتكاز . - شرح مبسط وموجز لمهارات كرة الطاولة استخدام النموذج التوضيحي - مشاهدة نموذج حي لبعض مهارات الريشة الطائرة ومنها :- - مسك المضرب ووقفة الاستعداد - الإرسال المنخفض - الضربة الساحقة بوجه المضرب - الضربة الرافعة الأمامية بوجه المضرب - الإرسال القاطع بوجه وظهر المضرب توزيع الطلاب إلى عدة مجموعات - يقوم المعلم بالشرح السريع والتنبيه على أهمية التنافس لزيادة المعرفة والدقة في الم لعب واكتساب مهارات جديدة والتنبيه على الوقفة الصحيحة والمكان المناسب وطرق اللعب الصحيح . مع التركيز على قوانين اللعبة - عمل منافسات فردية وزوجية بين الطلاب . اختيار طلاب يحكمون المنافسات :(وقوف)تشبيك الذراعين خلف الظهر)رفع الذراعين عاليا خلفا ٨ عدات.

التقدم بالخبرة :	الاستفادة من المواقف التعليمية	أنشطة إضافية تعزز تعلم الخبرة
أطلب من الطلاب إقامة منافسات فيما بينهم مع تطبيق بعض القوانين	- حث الطلاب على مقارنة أداء كل منهم بمواصفات الأداء الصحيح	إقامة مسابقة في الريشة الطائرة الريشة الطائرة أثناء الفسحة مع تحفيز الطلاب المتميزين بالجوائز الرمزية

تقويم الخبرة		
الجانب المهاري	الجانب المعرفي	الجانب الانفعالي
يلاحظ المعلم أداء الطلاب لمهارات الريشة الطائرة مع تصحيح الأخطاء الفنية للأداء .	مجموعة من الأسئلة المعرفية عن بعض نقاط القانون و بعض المواقف القانونية	ملاحظات يسجلها المعلم على الطلاب للتأكد من تحقيق الهدف الوجداني لهذه الخبرة التعليمية، وذلك بمتابعته للجوانب الآتية: مستوى التزام الطالب بالتعليمات التي يعطيها له المعلم أثناء المنافسة

الواجبات المنزلية	مشاهدة (CD في المنزل يحتوي على مباريات في كرة الريشة -تكليف الطلاب بالبحث وفق إمكانات كل منهم عن معلومات حول الخطط الدفاعية و الهجومية في المباريات
-------------------	--

معلم المادة	عبدالله الصميلي	المشرف التربوي	قائد المدرسة
-------------	-----------------	----------------	--------------