



مجال الرياضة والصحة

مهارات الرياضات الجماعية

المرحلة الابتدائية

برامج الأنشطة الطلابية



نواتج التعلم

1. تنفيذ تمارين جماعية تُنمّي اللياقة البدنية، ويُظهر تحسُّنًا ملحوظًا في الأداء البدني أثناء الأنشطة المنظمة.
2. إظهار تميز ملحوظ في الأداء الجماعي أثناء الأنشطة الرياضية، من خلال تطبيق المهارات الأساسية والتفاعل الإيجابي مع الفريق؛ مما يُشير إلى امتلاكه موهبة جماعية واعدة.
3. تعلم مهارات حركية جماعية، ويُحسن أدائه الحركي مع تطور جسمه ونموه البدني.
4. المشاركة في أنشطة جماعية متنوعة، ويُظهر رغبة واضحة في اختيار اللعبة التي تناسب ميوله، ويلتزم بقواعد الفريق أثناء اللعب.
5. إبداء صفات قيادية أثناء توجيه زملائه وقت تنفيذ الأنشطة الجماعية التعليمية،
6. تحسين لياقته البدنية من خلال المشاركة المنتظمة في تمارين جماعية، ويُظهر تطورًا في القوة والسرعة والتوازن.

أساليب التقويم:

- التقويم التفاعلي.
- بطاقة ملاحظة.

تبادل ثمان حصص نشاط، موزعة على أربع أسابيع. مع إمكانية تكراره لمجموعات أخرى.	360 دقيقة.	 مدة التنفيذ
• الملاعب الخارجية للمدرسة. • نادي الحي. • الصالات الرياضية المغلقة. • أماكن مناسبة للعب. ملحوظة: أهمية مراعاة الأمن والسلامة في مقر تنفيذ النشاط وأخذ الموافقات اللازمة.		 مكان التنفيذ
• كرة قدم. (مجموعة) • أقماع. • جدول متابعة الأداء.		 أدوات التنفيذ

إجراءات التنفيذ (المحتوى):

يُمارس الطلاب أنشطة رياضية جماعية متقدمة تُنمي قدراتهم البدنية والذهنية والمهارية، من خلال الأداء الدقيق، والمتقن، والمنتظم في رياضات مثل كرة القدم، حيث تعمل على تنمية التفاعل الجماعي ضمن فرق تدريبية؛ لتعزيز القيادة، والتخطيط، والتأكيد على روح المنافسة.

المعارف:

- قوانين اللعبة الأساسية: مثل، التسلل، ورمية التماس، وركلة الجزاء، والأخطاء والعقوبات.
- أدوار اللاعبين: الحارس، والمدافع، ولاعب الوسط، والمهاجم - ووظيفة كل مركز.
- أساليب اللعب الجماعي: مثل، التمرير القصير، وفتح المساحات، واللعب الجماعي.

المهارات:

- التمرير (Pass): الأرضي والعلوي، بالقدم الداخلية والخارجية.
- الاستلام (Control): بالقدم والفخذ والصدر.
- المراوغة (Dribbling): تغيير الاتجاهات والتعامل مع مدافع.
- التسديد (Shooting): بدقة وقوة نحو المرمى.

القيم:

- الروح الرياضية: تقبل الفوز والخسارة برقي.
- الاحترام: احترام القوانين، والمعلم، والحكم، والزملاء والخصوم.
- التعاون: العمل الجماعي وتنفيذ أدوار الفريق بصورة منسجمة.
- الانضباط: الالتزام بالخطّة والمهام المحددة من قبل المدرب.

وصف المحتوى:

- الجري بالكرة: هو التقدم بها مسافات مختلفة من الملعب، حسب خطة اللعب والهدف من ذلك، مع إبقائها قريبة من القدم للتحكم الكامل.

الأنشطة المقترحة:

- جري جماعي بالكرة لمسافات قصيرة، مع زيادة في المسافة والوقت بالتدريج.
- يُمارس الطالب نشاطًا جماعيًا من اختياره بما يتناسب مع قدراته وإمكاناته، ويُراقب أدائه الرياضي وتُدون الملحوظات الخاصة بذلك.
- تعزيز المبادرات الجماعية الداعمة للأداء.
- الوقوف الصحيح حسب مواقف اللعب المختلفة.
- مشاهدة مقاطع مرئية للتعرف إلى نقاط القوة في الأداء.
- خوض منافسات رياضية مع منافسين آخرين.

تطبيق المحتوى:

المرحلة الأولى - التهيئة والاستعداد: (10 دقائق).

تعريف بمهارة الجري بالكرة، ولماذا نستخدمها؟
تنفيذ الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الخارجي والداخلي.
الحفاظ على السيطرة على الكرة أثناء الجري.

المرحلة الثانية - تشكيل المجموعات وتوزيع الأدوار: (10 دقائق)

- تشكيل مجموعات صغيرة (ثلاثة طلاب) لتطبيق التمرين كما في الصورة رقم (1)

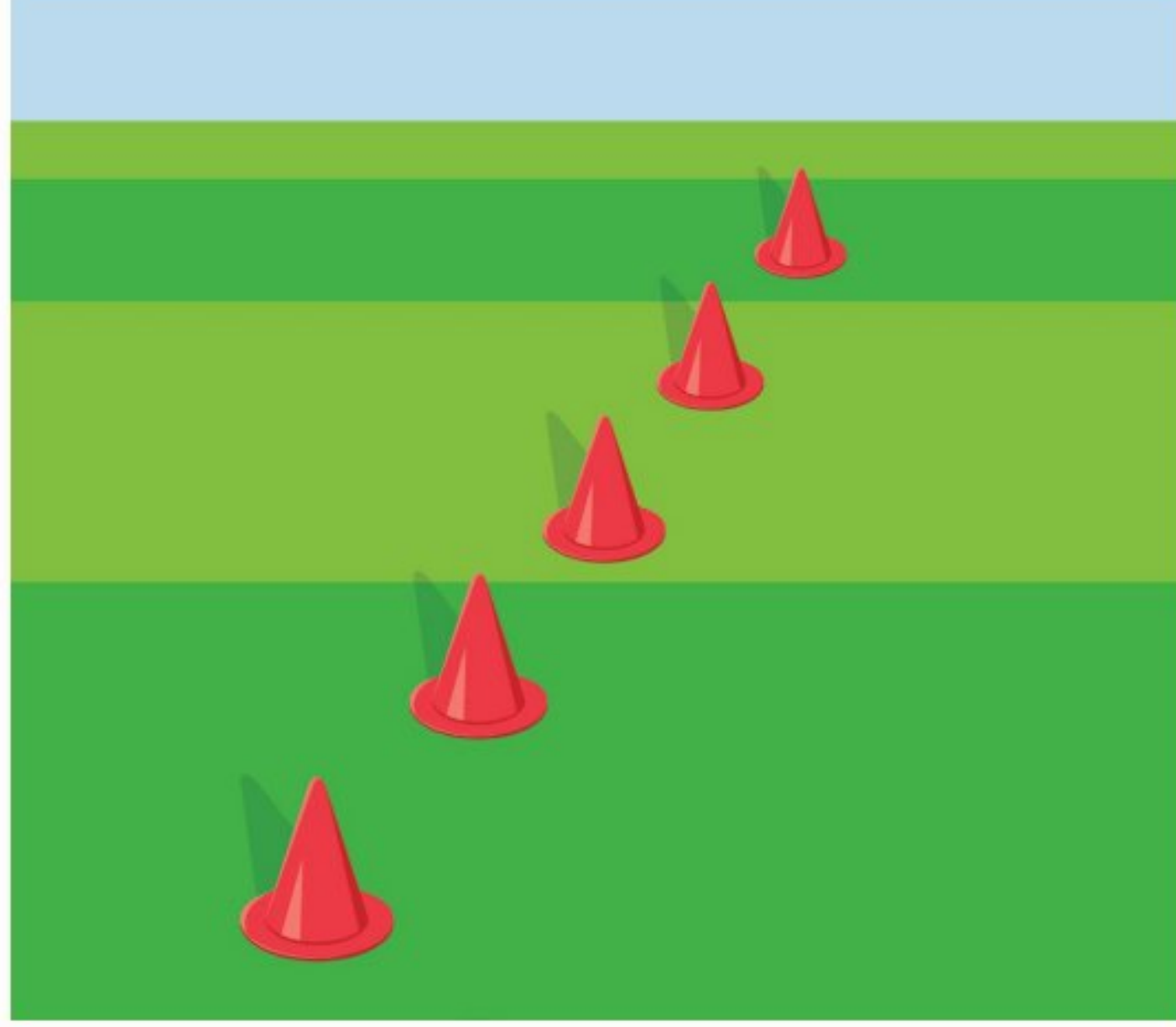


الصورة رقم (1) تشكيل مجموعات صغيرة

المرحلة الثالثة - التنفيذ للأنشطة الجماعية: (20 دقيقة).

1. تمرين الجري بالكرة بين الأقماع (10 دقائق)، الصورة رقم (2)

- توضع أقماع (Cones) في خط مستقيم.
- يمر الطالب بالكرة بينها بسرعة.
- يركز المعلم على:
 - إبقاء الكرة قريبة.
 - استخدام كلتا القدمين.
 - عدم لمس الكرة بقوة.



الصورة رقم (2) الجري بالكرة بشكل متعرج.

2. تقسيم الطلاب إلى فرق: (10 دقائق).

- كل طالب يجري بالكرة لمسافة قصيرة ثم يعود.
- الفريق الأسرع هو الفائز.

هدف التمرين:

تنمية التحكم بالكرة أثناء السرعة، وتعزيز روح التنافس.



الصورة رقم (3) التحكم بالكرة أثناء الجري.

المرحلة الرابعة - التقييم: (5 دقائق)

- تقديم مثال صحيح على أداء المهارة من قبل الطلاب.
- تقديم التغذية الراجعة بعد الأداء من قبل المعلم.
- تعزيز الأداء الصحيح، والوقوف على أخطاء الطلاب لتصحيحها.

أدوات التقييم:



أسئلة شفوية: (تقييم المعرفة)

السؤال	الإجابة
ما الجزء الأفضل من القدم للجري بالكرة؟	
لماذا تُبقي الكرة قريبة أثناء الجري؟	

تقييم المهارة والقيم

م	المؤشر	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	لا ينطبق
المهارة					
1	يجري بالكرة بسهولة ويغير الاتجاه بانسيابية.				
2	يسدد بدقة.				
3	يراوغ بشكل صحيح				
4	يمرر لزملائه بشكل صحيح وتوقيت مناسب.				
القيم					
1	يتقبل الفوز والخسارة.				
2	يُظهر انضباطًا وتعاونًا مع المعلم والحكم وزملائه				
3	يلتزم بالخطّة والمهام المطلوبة منه				