



مجال الرياضة والصحة

مهارات الرياضات الجماعية

المرحلة الإعدادية

برامج الأنشطة الطلابية



نواتج التعلم

1. إظهار مهارات مميزة في اللعب الجماعي، مما يدل على موهبته في العمل ضمن الفريق.
2. تطبيق مهارات التوازن والتناسق الحركي ضمن مواقف جماعية حقيقية، ويُظهر قدرة متنامية على أداء الحركات بانسيابية وتكامل بدني يتناسب مع نموه.
3. اختيار لعبة جماعية يفضلها، ويُشارك فيها بنشاط، ويُظهر احترامه لقواعد اللعب وتعاونه مع الفريق.
4. أداء مجموعة من المهارات وخطط اللعب في منافسات.

أساليب التقويم:

- تقويم قبلي: هل أتقن الطالب مهارة التصويب من الثبات؟
- تقويم بنائي: هل عرف الطالب أهمية مهارة التصويب؟
- تقويم ختامي: هل تعامل الطالب بإيجابية مع الفوز والخسارة؟

بما يعادل ثمان حصص نشاط، موزعة على أربعة أسابيع. مع إمكانية تكراره لمجموعات أخرى.	360 دقيقة.	 مدة التنفيذ
• الملاعب الخارجية للمدرسة. • نادي الحي. • الصالات الرياضية المغلقة. • أماكن لعب مناسبة.		 مكان التنفيذ
• كرات ألعاب مختلفة • أقماع • جدول متابعة الأداء		 أدوات التنفيذ

إجراءات التنفيذ (المحتوى):

يُمارس الطلاب أنشطة رياضية جماعية متقدمة تُنمي قدراتهم المعرفية والمهارية من خلال الأداء الدقيق، المتقن، والمنتظم في رياضات، مثل كرة القدم ويتم من خلالها تنمية التفاعل الجماعي ضمن فرق تدريبية لتعزيز القيادة، التخطيط، والتأكيد على روح المنافسة.

المعارف:

- أنواع التسديد من الثبات.
- مكونات الأداء الفني للتسديد من الثبات.

المهارات:

- وضع القدم الثابتة بجانب الكرة.
- سحب الرجل الضاربة للخلف.
- ضرب الكرة.
- متابعة الحركة (Follow Through).
- اتجاه الجسم والنظر.

القيم:

- الاحترام: احترام المعلم، الزملاء، والتحلي بالروح الرياضية أثناء التمرين والمنافسة.
- الانضباط: الالتزام بتعليمات الأداء وقوانين التصويب من الوضع الثابت.
- الإصرار والتحمل: محاولة التصويب بدقة أكثر من مرة حتى مع الفشل.
- العمل الجماعي: التعاون في الأدوار واحترام تبادل الأدوار.
- الأمانة والمسؤولية: الالتزام بالمحافظة على الأدوات.

وصف المحتوى:

يرتكز محتوى النشاط على تنمية المهارات الأساسية في التصويب من الثبات في كرة القدم حيث يُصمم النشاط بما يتوافق مع الخصائص المهارية والبدنية والفسولوجية للطلاب. ويعد التصويب من الثبات عبارة عن تسديد الكرة نحو المرمى من وضع الثبات دون تحرك الكرة، ويُستخدم في الركلات الحرة أو ضربات الجزاء.

الأنشطة المقترحة:

- التسديد بشكل عشوائي للكرات.
- التسديد الموجه.
- التسديد من الثبات بأجزاء القدم المختلفة.
- التسديد من وضع الاستلام

تطبيق المحتوى:

المرحلة الأولى - التهيئة والاستعداد: (10 دقائق)

- مناقشة واختيار الطريقة المثلى لأداء مهارة التصويب من الثبات.
- الجري الخفيف بالكرة.
- التصويب العشوائي على المرمى.

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

- تشكيل مجموعات صغيرة (خمسة طلاب)
- توزيع الأدوار (مشارك - مراقب الأداء - مشجع - مساعد).
- تدريب الطلاب على الوقوف الصحيح خلف الكرة ووضع قدم الارتكاز (دون تسديد في البداية).

المرحلة الثالثة - التنفيذ للأنشطة الجماعية: (20 دقيقة)

- توضع الكرة على خط محدد.
- يسدد الطالب الكرة باتجاه الهدف (مرمى صغير أو منطقة محددة).
- التركيز على استخدام وجه القدم الأمامي.
- تقسيم الطلاب إلى مجموعات، وكل طالب يسدد ثلاث كرات من الثبات نحو الهدف.
- يتم احتساب الأهداف التي دخلت المرمى.
- تحفيز الطلاب من خلال إطلاق لقب الهدف على من يحرز أهدافاً أكثر خلال النشاط.



الصورة رقم (1) التسلسل الحركي لمهارة التصويب من الثبات

• تصحيح الأخطاء:

- ملحوظات مباشرة من المعلم:
- هل قدم الارتكاز بجانب الكرة؟
- هل الجسم مائل قليلاً للأمام؟
- هل نظر نحو الكرة أثناء التصويب؟

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.



• سلالمة التقدير

يحتوي السلم على (4 مستويات) ممتاز- جيد- متوسط - ضعيف.

نموذج لبطاقة الملاحظة تقييم الأداء - أداء المهارات				اللعبة (كرة القدم) المهارة ()	
ممتاز	جيد	متوسط	ضعيف		
				التصويب بشكل صحيح.	المهارات الفردية والجماعية
				التصويب من الثبات بشكل صحيح.	
				وضع القدم الثابتة بجانب الكرة.	
				سحب الرجل الضاربة للخلف.	
				القدرة على الحفاظ على التوازن أثناء الحركة.	التوازن والتوافق العصبي العضلي
				الرشاقة في أداء الحركات.	
				التوافق في أداء الحركات المختلفة.	
				تطبيق المهارة من خلال النشاط التنافسي.	أداء المهارة أثناء اللعبة
				القدرة على تنفيذ التشكيلات الجماعية.	
				التكيف مع المواقف المتغيرة أثناء المنافسة.	