



مجال الرياضة والصحة

مهارات الرياضات الذهنية

المرحلة الابتدائية

برامج الأنشطة الطلابية



نواتج التعلم

1. ممارسة إستراتيجيات تفكير متنوعة أثناء مشاركته في ألعاب ذهنية جماعية، ويُظهر خلالها قدرة على التخطيط المسبق واتخاذ القرارات بمرونة، بما يتناسب مع قواعد اللعب وروح الفريق.
2. تحليل مواقف اللعب الذهني بدقة عالية، ويُخطط تحركاته بشكل إستراتيجي منظم، مما يُظهر موهبة ذهنية رياضية في سرعة التفكير ودقة التقدير.
3. التفكير والتركيز بفاعلية أثناء ممارسة الألعاب الذهنية الحركية؛ بما يُسهم في تحسين ردود فعله البدنية والعقلية بصورة تتوافق مع نموه العقلي والبدني.
4. اكتشاف أنواع متعددة من الألعاب الذهنية (جماعية أو فردية)، ويُطبق خلالها خططًا مبسطة تتوافق مع قدراته الذهنية، ويُعبر عن ميوله نحو الألعاب التي يجد فيها تميزًا أو راحة ذهنية.
5. إظهار مهارات القيادة أو التعاون أو التواصل أو تحمل المسؤولية، أثناء مشاركته في ألعاب ذهنية جماعية بما يُعزز مفهوم العمل الجماعي والانضباط الذهني.

أساليب التقويم:



- بطاقة ملاحظة.
- تقييم ذاتي.
- ملف إنجاز: يُقصد بملف الإنجاز في هذا السياق توثيق تطور الطالب في أداء المهارة خلال النشاط فقط، مثل: فيديو، أو رسم، أو تعليق كتابي.

تبادل ثمان حصص نشاط، موزعة على أربع أسابيع. مع إمكانية تكراره لمجموعات أخرى.	360 دقيقة.	 مدة التنفيذ
• قاعة داخلية أو فصل أنشطة مجهز بطاولات وكراسي وأوراق تسجيل. ملحوظة: أهمية مراعاة الأمن والسلامة في مقر تنفيذ النشاط وأخذ الموافقات اللازمة.		 مكان التنفيذ
• أوراق لعب (بطاقات بلوت). • طاولات لعب لأربعة أشخاص. • ورقة تسجيل النقاط. • ساعة توقيت للجولات. • سبورة لعرض الترتيب.		 أدوات التنفيذ

إجراءات التنفيذ (المحتوى):

المفاهيم الأساسية:

- **المعارف:** مكونات لعبة البلوت (التوزيع - الصن والحكم - الأكلات - النقاط).
- **المهارات:** التركيز، التوقع، اتخاذ القرار، التواصل الفعال.
- **القيم:** الانسجام، الاحترام، ضبط النفس، التفكير الجماعي.

وصف المحتوى:

في أجواء تنافسية وتعاونية، يدخل الطلاب عالم لعبة البلوت لاكتساب مهارات التفكير الإستراتيجي والتواصل الجماعي. تُستخدم اللعبة كأداة لبناء مهارات ذهنية وسلوكية، من خلال الممارسة الموجهة والمواقف التعليمية التفاعلية، مما يمنح الطالب فرصة لاكتشاف ذاته وتطوير سلوكه.

الحصة 1-2: «أتعرف إلى لعبة البلوت»

- **تهيئة:** نشاط «تخمين الورقة» + مشاركة حول تجارب عائلية مع البلوت.
- **تطبيق:** تقسيم الطلاب إلى مجموعات، ثم تجربة أولية بتوجيه المعلم.
- **تحفيز:** سؤال مفتوح: «لماذا اخترت هذه الورقة؟ هل توقعت رد زميلك؟»
- **تهدئة:** عصف ذهني: الفرق بين الصن والحكم + شارة «أول لاعب بلوت».

الحصة 3-4: «نلعب معًا وتتعلم»

- **تهيئة:** نشاط «سؤال وورقة» + مشاركة فكرية سريعة.
- **عرض:** مناقشة إستراتيجيات بسيطة مثل: اللعب الآمن، والتعاون، و التمويه).
- **تطبيق:** جولة تدريبية كاملة مع تبديل الأدوار وتوضيح القرارات.
- **تهدئة:** تلخيص لفظي: «ما الشيء الجديد الذي تعلمته؟» + شارة «متعاون الفريق».

الحصة 5-6: «مباريات بلوت وتطوير الخطة»

- **تهيئة:** نشاط «اسأل خصمك» + مشاركة رأي حول خطة اللعب.
- **عرض:** نقاش جماعي حول إستراتيجيات التمويه وقراءة الخصم.
- **تطبيق:** مباريات رسمية بنظام خروج المغلوب + تحليل الأداء.
- **تهدئة:** اقتراح خطة جديدة للمباراة التالية + توزيع شارات «أفضل تفكير جماعي».

الحصة 7-8: «أقيّم نفسي وأعرض ما تعلمت»

- **تهيئة:** تمرين «ما أول شيء ستغيره؟»
- **عرض:** مراجعة المهارات المكتسبة + شرح طريقة التقييم الذاتي.
- **تهدئة:** مناقشة لبعض الأخطاء التي تمت في اللعبة وكيفية التعامل معها





م	المؤشر	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	لا ينطبق
أولاً: المعارف						
1	يعرّف التوزيع الصحيح لأوراق البلوت.					
2	يُميّز بين «الصن» و«الحكم» ويشرح الفرق.					
3	يحدد الأكلات ويفهم طريقة احتسابها.					
4	يعرف آلية حساب النقاط بعد كل جولة.					
ثانيًا: المهارات						
5	يُظهر تركيزًا عاليًا أثناء اللعب.					
6	يتوقع حركات الخصم بطريقة منطقية.					
7	يتخذ قرارات مناسبة في الوقت المناسب.					
8	يتواصل مع زميله بفعالية واحترام.					
ثالثًا: القيم						
9	يظهر انسجامًا وتعاونًا مع الفريق.					
10	يلتزم بالاحترام أثناء الحديث واللعب.					
11	يضبط انفعالاته أثناء الفوز أو الخسارة.					
12	يُشارك في التفكير الجماعي بفاعلية.					

بطاقة التقييم الذاتي - للطالب (بلغة مبسطة)

اسمي:

اختر ✓ حسب شعورك:

المؤشر	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	لا ينطبق
أعرف كيف أَلعب البلوت.					
أساعد زميلي في الفريق.					
أفكر قبل ما أحط الورقة					
أحب أَلعب البلوت وأستمتع فيه.					
أحب أتعلم طرقًا جديدة في اللّعب					

أكثر شيء أعجبني:

ملحوظات للمعلم:

- يُفضل استخدام البطاقة خلال عدة جولات للحصول على تقييم أدق.
- يمكن استخدام رموز بصرية (✓ ◆ !) لتسريع التقييم داخل الصف.
- تُرفق البطاقة مع التقييم الذاتي وملف الإنجاز؛ لتكوين صورة شاملة عن أداء الطالب.

الملحوظات:

- استخدام تسجيلات صوتية أو مرئية يُشجّع على التعبير الذاتي والتقييم الذاتي.

- يُنصح بجعل جلسة التقييم الأخيرة احتفالية، وتوثيق الإنجازات في «ركن المفكرين - الإنجازات».