



المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

إدارة التعليم بـ

مكتب التعليم بـ

مدرسة:

معلم التربية البدنية:

تحضير دروس مادة التربية البدنية

للصف: الأول متوسط

الفصل الدراسي الأول

إعداد نخبة من معلمي التربية البدنية بمكتب التعليم بالنسيم بإدارة تعليم جدة

تنفيذ وإشراف: مشرف التربية البدنية / فارس بن إبراهيم الفضل

الأسبوع رقم: ١		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسط	الصف: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
الصحة واللياقة البدنية	تحسين نبض القلب	مهامي	ان يمارس قياس نبض القلب			هل تعلم الطالب طريقة قياس النبض	
		معرفة	ان يتعرف عن كيفية تحسس نبض القلب			هل عرف كيفية تحسس نبض القلب	
		وجداني	ان يشعر بأهمية قياس نبض القلب			هل شعر بأهمية قياس نبض القلب	

الأسبوع رقم: ٢		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسط	الصف: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
الصحة واللياقة البدنية	الاصابات الحرارية المجهد البدني	مهامي	ان يمارس الطالب تمارينات مرتبطة بالصحة			هل مارس الطالب مجموع من التمارينات المرتبطة بالصحة	
		معرفة	ان يتعرف الطالب آلية تنظيم الجسم للحرارة			هل تعرف على آلية تنظيم الجسم للحرارة	
		وجداني	ان يستشعر بأهمية الإلمام في الإصابات الحرارية			هل استشعر بأهمية الإصابات الحرارية	

الأسبوع رقم: ٣		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسط	الصف: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة القدم	رمية التماس	مهامي	ان يؤدي رمية التماس بطريقة صحيحة			هل ادى الطالب المهارة بطريقة صحيحة	
		معرفة	ان يتعرف على قوانين المهارة			هل تعرف الطالب على القوانين الخاصة بالمهارة	
		وجداني	ان يتعزز لدى الطالب روح التنافس			هل تعزز لدى الطالب روح التنافس	

الأسبوع رقم: ٤		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسط	الصف: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
كرة قدم	امتصاص الكرة بوجه القدم الامامي	مهامي	ان يطبق المهارة بشكل جيد			هل طبق الطالب المهارة بشكل جيد	
		معرفة	ان يتعرف على المفاهيم الميكانيكية للمهارة			هل تعرف الطالب على المفاهيم الميكانيكية للمهارة	
		وجداني	ان يشعر بأهمية هذه المهارة			هل استشعر الطالب بأهمية هذه المهارة	

الأسبوع رقم: ٥		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
كرة قدم	الخداع والمراوغة	مهاري	ان يتقن مهارات الخداع			هل أتقن الطالب مهارات الخداع
		معرفي	ان يعرف طرف واساليب الخداع المختلفة			هل تعرف الطالب على طرق و اساليب الخداع
		وجداني	ان يشعر بأهمية اللباس الشرعي			هل أستشعر الطالب بأهمية اللباس الشرعي

الأسبوع رقم: ٦		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
كرة قدم	التصويب من الثبات	مهاري	ان يتقن مهارة التصويب من الثبات			هل أتقن الطالب مهارة التصويب من الثبات
		معرفي	ان يتعرف على أهمية مهارة التصويب			هل عرف الطالب أهمية مهارة التصويب
		وجداني	ان يتعامل مع الفوز والخسارة بإيجابية			هل تعامل الطالب بإيجابية مع الفوز والخسارة

الأسبوع رقم: ٧		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
العاب قوى	التسليم والاستلام العصا في التتابع	مهاري	ان يتمكن الطالب بالقيام بالتسليم والاستلام			هل قام الطالب باداء المهارة جيدا
		معرفي	ان يتعرف الطالب قانون تسليم واستلام العصا			هل تعرف الطالب على قانون الاستلام والتسليم
		وجداني	ان يقدر لقيمة تحمل المسؤولية			هل قدر الطالب قيمة تحمل المسؤولية

الأسبوع رقم: ٨		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسط	الصف: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
العاب قوى	التسليم واستلام العصا في التتابع	مهاري	ان يتمكن الطالب بالقيام بالتسليم والاستلام			هل قام الطالب باداء المهارة بطريقة صحيحة
		معرفي	ان يتعرف الطالب قانون التسليم والاستلام العصا			هل تعرف الطالب على قانون الاستلام والتسليم
		وجداني	ان يقدر قيمة تحمل المسؤولية			هل قدر الطالب قيمة تحمل المسؤولية

الأسبوع رقم: ٩		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
العب قوى	الوثب الثلاثي	مهاري	ان يؤدي الطالب الوثب الثلاثي بطريقة صحيحة			هل ادى الطالب الوثب الثلاثي بطريقة صحيحة
		معرفي	ان يتعرف الطالب الخطوات القبة للخيرة			هل تعرف على الخطوات القبة للخيرة
		وجداني	ان يقدر الطالب تحمل المسؤولية			هل قدر الطال تحمل المسؤولية

الأسبوع رقم: ١٠		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
العب قوى	الوثب الثلاثي	مهاري	ان يؤدي الطالب الوثب الثلاثي بطريقة صحيحة			هل أدى الطالب الوثب الثلاثي بطريقة صحيحة
		معرفي	ان يتعرف الطالب على قانون الوثب الثلاثي			هل تعرف الطالب على قانون الوثب الثلاثي
		وجداني	ان يقدر الطالب تحمل المسؤولية			هل قدر الطالب تحمل المسؤولية

الأسبوع رقم: ١١		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
الكرة الطائرة	الاستقبال بالمساعدين	مهاري	ان يؤدي الطالب الاستقبال بالمساعدين			هل أدى الطالب الاستقبال بالمساعدين
		معرفي	ان يلم بقانون كرة الطائرة			هل الم الطالب بقانون كرة الطائرة
		وجداني	ان يتعامل مع الفوز والخسارة بإيجابية			هل تعامل الطالب مع الفوز والخسارة بإيجابية

الأسبوع رقم: ١٢		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
الكرة الطائرة	الاستقبال بالمساعدين	مهاري	ان يؤدي الطالب الاستقبال بالمساعدين			هل أدى الطالب مهارة الاستقبال بالمساعدين
		معرفي	ان يعرف الطالب الخطوات القيمة للمهارة			هل تعرف الطالب على الخطوات القيمة للمهارة
		وجداني	ان يتعامل مع الفوز والخسارة بإيجابية			هل تعامل الطالب مع الفوز والخسارة بإيجابية

الأسبوع رقم: ١٣		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
الكرة الطائرة	التمرير بالأصابع	مهاري	ان يمرر الطالب الكرة بالطريقة الصحيحة			هل يمرر الطالب الكرة بطريقة صحيحة	
		معرفي	ان يتعزز لدى الطالب معرفة قانون المهارة			هل عرف الطالب قانون كرة الطائرة في المهارة	
		وجداني	ان يبرز الطالب قدراته الشخصية			هل أبرز الطالب قدراته الشخصية	

الأسبوع رقم: ١٤		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
الكرة الطائرة	الإرسال من أعلى المواجه	مهاري	ان يؤدي المهارة بالطريقة الصحيحة			هل أدى الطالب المهارة بالطريقة الصحيحة	
		معرفي	ان يلم ببعض القوانين التي تحكم المهارة			هل الم الطالب بالقوانين التي تحكم المهارة	
		وجداني	ان يتعامل الطالب مع الفوز والخسارة بإيجابية			هل تعامل الطالب مع الفوز والخسارة بإيجابية	

الأسبوع رقم: ١٥		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
الريشة الطائرة	الإرسال العالي	مهاري	ان يؤدي الطالب الارسال العالي بالطريقة الصحيحة			هل أدى الطالب الارسال العالي بالطريقة الصحيحة	
		معرفي	ان يتعرف الطالب على بعض القوانين التي تحكم المهارة			هل تعرف الطالب على قوانين المهارة	
		وجداني	ان يدرك الطالب أهمية للبدني للمسلم			هل أدرك الطالب أهمية النشاط البدني للمسلم	

الأسبوع رقم: ١٦		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الأول	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
الريشة الطائرة	الضربة الساحقة بوجه وظهر المضرب	مهاري	ان يؤدي الطالب الضربة الساحقة			هل أدى الطالب الضربة الساحقة	
		معرفي	أن يعرف المراحل لتقنية لأداء الخبرة			هل عرف الطالب المراحل التقنية لأداء الخبرة	
		وجداني	أن يتعزز لدى الطالب الأخلاق الإسلامية			هل تعزز لدى الطالب أهمية الأخلاق الإسلامية	