

ينطط الطالب الكرة من الوقوف والمشي والجري
يذكر الطالب مرحلتين فنينتين لتنطيط الكرة.
يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

إجراءات التدريس

أجزاء
الدرس

احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور

الإجماع : احماء حر

يجري الطلاب في خطوات جانبية على حدود الملعب والوجه لداخل الملعب عند سماع الصفارة يغير الطلاب اتجاه الجري إلى الاتجاه الجانبي العكسي ... وهكذا.

تمارين الاعداد البدني :

- (جلوس طويل) مسك المشطين والثبات لمدة (٣ث).
- (جلوس على أربع) قذف القدمين خلفا
- (وقوف) ميل الجذع اماما الذراعين جانبا مع رفع القدم اليمنى خلفا
- (وقوف انثناء - مسك كرة خلف الرقبه) مد الذراعين عاليا

التمهيد

النشاط التعليمي

(يقوم المعلم بشرح المهارة مع أداء نموذج للمهارة)

- ١- تؤدي مهارة التنطيط بيد واحدة أساسا من رسغ اليد.
- ٢- تدفع الكرة باليد المفتوحة لتنطيطها على الأرض أماما.
- ٣- تقابل سلاميات الأصابع أعلى الكرة بعد ارتدادها من الأرض.
- ٤- تضغط الكرة بمساعدة الرسغ لدفعها إلى الأرض مرة أخرى.
- ٥- تكون الكرة أماما وخارج القدم المماثلة لليد الدافعة.
- ٦- تحرك الكرة بصورة دائمة بين الأرض ويد الطالب.

النشاط التطبيقي :

- ١- المشي ببطء مع تنطيط الكرة.
- ٢- المشي العادي مع تنطيط الكرة.
- ٣- الجري مع تنطيط الكرة.
- ٤- التنطيط مع تغيير الاتجاه.
- ٥- المشي والجري مع التنطيط.
- ٦- التنطيط ثم التمرير نحو الزميل.
- ٧- التنطيط ثم التصويب على المرمى.

تمارين تهدئة والاصطفاف لاداء التحية والذهاب للفصل

الختامي

كرة اليد

الوحدة

الفصل الدراسي

(تمرير الكرة بيد واحدة من مستوى الكتف)

موضوع الدرس

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يمرر الطالب الكرة بيد واحدة من مستوى الكتف.
يبين الطالب أهمية دقة تمرير الكرة بيد واحدة.
يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي.

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

إجراءات التدريس

أجزاء
الدرس

احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور

الإجماع : احسن توازن

الجري الحرفي الملعب وعند سماع الصفارة يقف كل طالب على قدم واحدة مع الثبات بينما يعد المعلم من الواحدة إلى العشرة وأحسن طالب ثابت تحسب له نقطة... وهكذا.

تمرينات الاعداد البدني :

- (وقوف) ثني الجذع للأمام مع لمس الكف للأرض والثبات لمدة (٣ث).
- (جلوس طولاً) ثني الركبة على الصدر مع مسكها باليدين والثبات ثم التبديل.
- (وقوف فتحا - ثبات الوسط) الوثب في المكان.
- (وقوف فتحا - الذراعان جانبا) دوران الجذع جانبا بالتبادل

التدريب

النشاط التعليمي

(يقوم المعلم بشرح المهارة مع أداء نموذج للمهارة)

- ١- تنقل اليدان الكرة إلى ارتفاع الكتف ثم تترك لمدة ضئيلة في قبضة اليد الرامية.
- ٢- تثني الذراعين الرامية من مفصل المرفق.
- ٣- تشير راحة اليد الحاملة للكرة بصورة ثابتة مائلة إلى اعلي.
- ٤ وضع القدم اليمنى إماماً والخطو بالقدم اليسرى.
- ٥- دوران الجذع حتى يصبح محور الكتف مقاطعاً لمحور الحوض.
- ٦- ميل أعلى الجذع إلى الأمام قليلاً وتوجيه النظر نحو الكرة.

النشاط التطبيقي :

- ١- التمرير بدون كرة حسب الخطوات الفنية للمهارة.
- ٢- التمرير باتجاه الحائط واستقبالها بمستويات مختلفة متقابلة.
- ٣- التمرير نحو الزميل مع أخذ خطوة للأمام.
- ٤- التمرير بتنويع استخدام اليدين .
- ٥- تصحيح الأخطاء الشائعة عن أداء المهارة

التدريب

تمرينات تهدئة والاصطفاف لاداء التحية والذهاب للفصل

الختامي

يؤدي الطالب رمية الجزاء بطريقة صحيحة.
يشرح الطالب المهارة أثناء تنفيذه لها .
يساعد الطالب معلمة أثناء شرحه للمهارة .

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

إجراءات التدريس

أجزاء
الدرس

احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور

الإحماء: (لعبة عكس الإشارة): ينتشر التلاميذ في انتشار حردا داخل الملعب ويقوم المدرس بالإشارة إلى مكان معين في الملعب ويقوم التلاميذ بالجري عكس هذا الاتجاه. ويستبعد التلميذ المخطئ

تمرينات الإعداد البدني:

- (وقوف فتحا - ظهرًا لظهر) تبادل لف الجذع جانبا لتميرير الكرة للزميل (:)
(جلوس طولاً - الذراعان أماماً) مسك المشطين والثبات لمدة (٣ ث).
(انبطاح مائل) ثني الذراعين .
(وقوف - الذراعان جانبا) لف الجذع جانبا .

النشاط التعليمي

(يقوم المعلم بشرح المهارة مع أداء نموذج للمهارة)

- ١- تكون حركة الذراع المصوبة قوية ومباغته.
- ٢- أما وضع الجسم فيكون باتجاه المرمى بالجانب المعاكس لليد المصوبة وتكون القدم المعاكسة علي خط رمية الجزاء وفي اللحظة المناسبة تترك الكرة اليد المصوبة بأكبر قوة ممكنة باتجاه المرمى مع عدم تحريك القدم .
- ٣- والتصويب من الوثب إما يكون من الوثب أماماً أو من الوثب عالياً

النشاط التطبيقي

- 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

تمرينات تهدئة والاصطفاف لاداء التحية والذهاب للفصل

الختامي

يتمكن الطالب من المحاور بالكرة.
يتعلم الطالب طريقة المحاور.
يتفاعل الطالب مع مبدأ التنافس الرياضي الشريف في المسابقة الرياضية.

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

إجراءات التدريس

أجزاء
الدرس

احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور

الإجماع: لمس خط النهاية

يقسم الفصل إلى ٤ قاطرات متساوية والظهر مواجه لخط البداية وعند الإشارة يجري دليل كل قاطرة للخلف حتى يصل إلى خط النهاية ثم يعود بالجري أماما ليلمس زميله.. وهكذا القاطرة التي تنتهي أولا هي الفائزة .

تمريبات الاعداد البدني

(وقوف - الذراعان عاليا) تبادل الطعن جانبا مع ثنى الذراعين امام الصدر
(وقوف) تقوس الجذع خلفا مع رفع الذراعين عاليا والضغط ٤ عدات ثم ثنى الجذع اماما اسفل والضغط ٤ عدات
(وقوف فتحا - الذراعان جانبا) ثني الجذع أماما أسفل تبادل لمس المشطين.
(وقوف) الجرى في المكان (٣٠ ث)

النشاط التعليمي

(يقوم المعلم بشرح المهارة مع أداء نموذج للمهارة)

- ١- عند استلام الطالب الكرة يقوم بتنطيطها بيد واحدة وأساسا من رسغ اليد
- ٢- تدفع الكرة باليد المفتوحة لتنطيطها على الأرض أماما.. تقابل سلاميات الأصابع أعلى الكرة بعد ارتدادها من الأرض.. تضغط الكرة بمساعدة الرسغ لدفعها إلى الأرض مرة أخرى.
- ٣- تكون الكرة أماما وخارج القدم المائل لليد الدافعة.
- ٤- تحريك الكرة بين الأرض وبيد اللاعب مع المحاور بالكرة وخداع المنافس.

النشاط التطبيقي

- ١- المحاور باليد اليسرى ثم اليسرى.
- ٢- المحاور إلى أعلى بارتفاع الوسط وإلى أسفل بارتفاع الركبة.
- ٣- المحاور ثلاث مرات للأعلى وثلاث مرات للأسفل.
- ٤- المحاور باليد اليمنى ثم نقل الكرة إلى اليد اليسرى والمحاور بها.
- ٥- المحاور من الجري بسرعات مختلفة.
- ٦- المحاور مع حماية الكرة بالجسم.
- ٧- المحاور بين الحواجز.

تمريبات تهدئة والاصطفاف لاداء التحية والذهاب للفصل

الختامي