

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يؤدي الطالب رمية التماس بطريقة صحيحة
يستخدم الطالب كرة القدم في أداء رمية التماس الصحيحة .
يشعر الطالب بأهمية الأداء الجماعي .

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الاداء وتصحيح الأخطاء	كرة قدم	<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور.</p> <p>الإجماع: (دائرة المنتصف) يقسم الفصل إلى مجموعتين وكل مجموعة على شكل دائرة ، يقف في منتصف الدائرة لاعب يقوم بتمرير الكرة بينهم عند الإشارة الذي يكون ممسك بالكرة يخرج خارج المنافسة .. وهكذا</p> <p>أ) تمارينات الإطالة والمرونة:</p> <p>١- (وقوف - الوضع إماماً - الذراعين عالياً تشبيك) لف الكفين لأعلى مع رفع العقبين وشد الجسم .</p> <p>٢- (جلوس طولاً) مسك المشطين والثبات لمدة (٣ ث) .</p> <p>ب) تمارينات الإعداد العام:</p> <p>١- (وقوف) الوثب في المحل إماماً وخلفاً .</p> <p>٢- (وقوف فتحاً - انثناء عرضاً) قذف الذراعين جانباً .</p> <p>ج) تمارينات الإعداد البدني الخاص:</p> <p>١- (وقوف) تبادل رفع الركبتين إماماً .</p> <p>٢- (وقوف فتحاً - انحناء) تحريك الذراعين خلفاً بين القدمين .</p> <p>٣- (وقوف) مرجحة الذراعان إماماً أسفل .</p>		الإداري
		<p>يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة . توزيع الطلاب لمجموعات تقوم بتطبيق المهارة تحت إشراف المعلم .</p> <p>الخطوات الفنية:</p> <p>١- مسك الكرة باليدين بحيث تنتشر الأصابع خلف الكرة .</p> <p>٢- القدمين مضمومتان أو متباعدتين عند الرمي .</p> <p>٣- ترمي الكرة إلى داخل الملعب بحيث يواجه الرامي الملعب في أثناء رميه للكرة وتكون القدمان أو جزء منهما على خط التماس أو خارجه .</p> <p>٤- ترفع الكرة إلى أعلى الرأس ويميل الجذع خلفاً مع ثني الركبتين .</p> <p>٥- تتابع الذراعان الكرة بعد الرمي لإعطاء القوة اللازمة لتوجيهها إلى المكان المناسب .</p> <p>المهام والواجبات التطبيقية:-</p> <p>١- تؤدي الحركة السلمية بدون الكرة .</p> <p>٢- تؤدي الرمية بالكرة إلى مسافة محددة ثم إلى مسافات بعيدة .</p> <p>٣- ترمي الكرة مرة من الثبات ومرة من الحركة بين زميلين باستمرار .</p> <p>٤- عمل مسابقة بين الطلاب .</p>		الرئيسي
		<p>(وقوف فتحاً) ميل الجذع أماماً مع تحريك الذراعين بطريقة بندولية .</p>		الختام

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يؤدي الطالب امتصاص الكرة بوجه القدم الأمامي بطريقة صحيحة .
يميز الطالب بين أنواع امتصاص الكرة بالقدم .
يبادر الطالب بأداء المهارة المطلوبة .

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الاداء وتصحيح الأخطاء	كرات قدم	<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</p> <p>الإحماء : حانط تدريب يقف لاعبان على بعد ٧م ومواجهان للحائط ومع أحدهما الكرة يقوم الطالب بتصويب الكرة للحائط وعند ارتدادها يستقبلها زميله ليقوم بنفس الأداء .</p> <p>أ) تمارينات الإطالة والمرونة :</p> <p>١- (جلوس طويلاً) مسك الأمشاط والثبات لمدة (٣ ث) .</p> <p>٢- (جلوس على أربع) مد قدم واحدة جانبياً والارتكاز على الأخرى ثم التبديل .</p> <p>ب) تمارينات الإعداد العام :</p> <p>١- (وقوف - الذراعان جانباً) تبادل رفع الرجلين إماماً مع تصفيق أسفل الرجل المرفوعة</p> <p>٢- (انبطاح مائل) ثني الذراعين .</p> <p>ج) تمارينات الإعداد البدني الخاص :</p> <p>١- (وقوف) الجري في المكان بالتدرج .</p> <p>٢- (وقوف - ميل الجذع للأمام - الذراعان جانبياً) تبادل لمس المشطين .</p> <p>٣- (وقوف - انثناء عرضاً) مد الذراعين جانبياً و الضغط للخلف أربع مرات</p>		الإداري
		<p>طريقة الأداء الفنية التعليمية :-</p> <p>١- تكون رجل الارتكاز خلف الكرة .</p> <p>٢- ترفع قدم الامتصاص عالياً نحو الكرة .</p> <p>٣- عند وصول الكرة باتجاه القدم وقبلها بلحظة تخفض القدم قليلاً إلي أن يتم الامتصاص بوجه القدم الأمامي . وفي هذه الحالة يكون نصف جسم الطالب الأعلى مستقيماً قليلاً إلى الأمام بينما يحافظ الذراعان على التوازن .</p> <p>٤- ثني ركبة رجل الارتكاز قليلاً لتسهيل عملية الامتصاص .</p>		الترشيحي
		<p>المهمات والواجبات التطبيقية:-</p> <p>١- يقوم الطالب برمي الكرة عالياً ثم امتصاصها بوجه القدم بعد ارتدادها من الأرض لمرة واحدة .</p> <p>٢- نفس التمرين السابق ولكن دون أن تلمس الكرة الأرض .</p> <p>٣- يقوم أحد الطلاب برمي الكرة نحو زميله ليقوم الآخر بامتصاصها بقدمه ثم يقوم الطالب بنفس التمرين علي الجدار .</p>		
		* (وقوف) المشي في المكان مع الضرب علي الفخذين أربع ضربات		الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب التصويب من الثبات بإتقان .
يصف الطالب خطوات أداء المهارة بعد أدائها .
يستمتع الطالب بأداء المهارة مع زملائه .

أن
ان
ان

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء	كرات قدم + مرمي قدم	<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور.</p> <p>الإجماع :- التصويب . يقسم الفصل إلى مجموعتين خلف كل لاعب مجموعة من زملائه مساوية للأخر يجري اللاعب الأول لتصويب الكرة بباطن القدم ثم يأتي اللاعب الآخر لتصويب الكرة بوجه القدم.... وهكذا .</p> <p>(أ) تمارينات الإطالة والمرونة :-</p> <p>١- (وقوف - الذراعان عالياً - تشبيك الأصابع) لف الكفين لأعلى مع رفع العقبين وشد الجسم .</p> <p>٢- (جلوس طويل - الذراعان جانباً) لف الجذع لجهة اليمين ثم اليسار .</p> <p>(ب) تمارينات الإعداد العام :-</p> <p>١- (وقوف) الوثب فتحاً لأعلى مع رفع الذراعين جانباً عالياً .</p> <p>٢- (وقوف فتحاً - ثبات الوسط) ميل الجذع مع رفع الذراعين جانباً .</p> <p>(ج) تمارينات الإعداد البدني الخاص :-</p> <p>١- (وقوف - نصفاً) الحجل إماماً مع التبديل .</p> <p>٢- (جلوس طويلاً) ميل الجذع للأمام والضغط على القدمين .</p> <p>٣- (وقوف - انثناء عرضاً) مد الذراعان جانباً .</p>		الإداري
		<p>يؤدي المعلم أو أحد من الطلاب المميزين نموذج للمهارة توزيع الطلاب إلى مجموعات تقوم بتطبيق المهارة تحت إشراف المعلم .</p> <p>* الخطوات الفنية :-</p> <p>١- الجسم مواجه للكرة مع النظر للمرمي .</p> <p>٢- وضع القدم الثابتة بجانب الكرة مع ثني الركبة قليلاً وميل الجذع .</p> <p>٣- مرجحة القدم الضاربة وركل الكرة بوجه القدم الأمامي باتجاه المرمي .</p> <p>المهام والواجبات التطبيقية :-</p> <p>١- أداء المهارة بدون كرة</p> <p>٢- تؤدي المهارة من مسافة قريبة</p> <p>٣- أداء المهارة مع وجود منافس</p> <p>٤- أدخل المهارة في مسابقة.</p>		الرئيسي
		<p>(وقوف) المرجحة العمودية .</p>		الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب ضرب الكرة بالرأس من الثبات بدقة .
- ينقد الطالب زملائه أثناء أداء المهارة .
- يحترم الطالب زملائه أثناء المنافسة .

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء	كور قدم + جبل وثب	<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</p> <p>الإجماع : مجموعتان من اللاعبين يقفون أمام بعضهم يبدأ اللاعب الأول في المجموعة ضرب الكرة بالرأس يعدد فيها لنفسه عالياً والوثب لأعلى ثم يجري خلف المجموعة ويستمر التمرين حتى نهاية المجموعة . وهكذا</p> <p>(أ) تمارين الإطالة والمرونة :</p> <p>١- (وقوف - الذراعان عالياً) ثني الجذع إماماً أسفل ببطء مع زحزحة راحتي اليدين على الرجلين .</p> <p>٢- (انبطاح) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة الأرض .</p> <p>ب- تمارين الإعداد العام :</p> <p>١- (وقوف فتحاً - ثبات الوسط) الوثب في المكان ثم الوثب مع تقاطع الرجلين .</p> <p>٢- (وقوف - الذراعان عالياً) تبادل الطعن إماماً .</p> <p>ج) تمارين الإعداد البدني الخاص :</p> <p>١- (وقوف مواجه - مسك يدي الزميل) تبادل الركبتين كاملاً (:) .</p> <p>٢- (وقوف) ثني الجذع إماماً أسفل والضغط خلفاً باليدين خارج القدمين .</p> <p>٣- (وقوف الوضع إماماً - سند اليدين على الحائط) محاولة دفع الحائط .</p>		الإداري
		<p>الخطوات الفنية /</p> <p>١- تضرب الكرة بالجبهة .</p> <p>٢- يجب أن تكون العينين مفتوحتان .</p> <p>٣- يجب أن تضرب الكرة من منتصفها .</p> <p>٤- تنثني الركبتان ويميل الجسم للخلف قبل ضرب الكرة .</p> <p>٥- ترتفع الذراعان جانباً بخفة لحفظ التوازن .</p> <p>الخطوات التطبيقية /</p> <p>١- رمي الكرة عالياً فوق الرأس ثم محاولة ضربها بالجبهة .</p> <p>٢- تنظيف الكرة بالرأس عدت مرات .</p> <p>٣- رمي الكرة نحو الحائط ثم ضربها بالرأس .</p> <p>٤- رمي الكرة لزميل عالياً ليضربها بالرأس نحو الزميل مع تباعد المسافة بالتدرج .</p>		التهيدي
		<p>* (وقوف) المرجحة العمودية مع رفع العقبين في العدة الثالثة .</p>		الرئيسي
				الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب التمريرة الطويلة بطريقة صحيحة .
- يستنتج الطالب قانون المهارة أثناء أداء المهارة .
- يقبل الطالب التوجيهات من معلمه .

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء		<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</p> <p>الإجماع : يقسم الطلاب إلى أربع قاطرات تقف خلف خط البداية وعلى بعد ١٥ سم يرسم خط النهاية . عند الإشارة يحجل الطالب الأول من كل قاطرة حتى خط النهاية ثم يعود بالجري العادي ليلمس زميله الذي يليه وهكذا القاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة</p> <p>أ) تمارين الإطالة والمرونة :</p> <p>١- (وقوف - الذراعان عالياً - تشبيك الأصابع) لف الكفين لأعلى مع رفع العقبين وشد الجسم .</p> <p>٢- (أنبساط) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبتين للأرض .</p> <p>ب) تمارين الإعداد العام :</p> <p>١- (جثو فتحاً - لمس الرقبة) تقوس الجذع خلفاً .</p> <p>٢- (وقوف - الذراعان عالياً) رفع العقبين وثنى أعلى الجذع خلفاً .</p> <p>ج) تمارين الإعداد البنني الخاص :</p> <p>١- (وقوف - ثبات الوسط) تبادل رفع الركبتين .</p> <p>٢- (جلوس طولاً فتحاً - الذراعان إماماً) محاولة لمس المشطين .</p> <p>٣- (وقوف) مرجحة الذراعان إماماً عالياً .</p>		الإداري
		<p>* يؤدي المعلم أو أحد من الطلاب المميزين نموذج للمهارة</p> <p>* توزيع الطلاب إلى مجموعات تقوم بتطبيق المهارة تحت إشراف المعلم .</p> <p>الخطوات الفنية :</p> <p>١- الجسم مواجه للكرة مع تركيز النظر على الزميل .</p> <p>٢- وضع القدم الثابتة بجانب الكرة مع ثني الركبة قليلاً وميل الجذع للأمام قليلاً .</p> <p>٣- مرجحة القدم اللاعبة وضرب الكرة بوجه القدم الأمامي .</p> <p>الخطوات التطبيقية/</p> <p>١- أداء الحركة بوضعها السليم من دون كرة .</p> <p>٢- ضرب الكرة إلى الحائط من مسافة ٥ م من الثبات ثم من الحركة .</p> <p>٣- تمرير الكرة بين طالبين من مسافة ٧ م ثم زيادة المسافة وتغيير المناطق .</p> <p>٤- نفس التمرين السابق مع زيادة السرعة والقوة .</p>		الرئيسي
		<p>* (وقوف) المرجحة العمودية .</p>		الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب امتصاص الكر بالفخذ ثم التصويب بدقة .
- يتعرف الطالب على الخطوات التعليمية للمهارة .
- يتابع الطالب معرفة الخطوات بالتطبيق .

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الاداء وتصحيح الاء	كور قدم	<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</p> <p>الإجماع : الاحتفاظ بالكرة : لاعبان معهما الكرة ويبدأن في اللعب عند بدء الإشارة يحاول كل لاعب الاحتفاظ بالكرة أكبر وقت ممكن واللاعب الأخر يحاول أخذها ... وهكذا مع باقي الفصل .</p> <p>(أ) تمارينات الإطالة والمرونة :</p> <p>١- (وقوف) ميل الجذع إماماً أسفل مع مسك الساقين والثبات لمدة (٣ ث) .</p> <p>٢- (انبطاح) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة الأرض .</p> <p>(ب) تمارينات الإعداد العام :</p> <p>١- (رقود - الذراعان جانباً) تبادل رفع الرجلين جانباً للمس الأصابع .</p> <p>٢- (إقعاء) مد الركبتين مع رفع الذراعين جانباً .</p> <p>(ج) تمارينات الإعداد البدني الخاص :</p> <p>١- (وقوف) الجري في المكان .</p> <p>٣- (انبطاح) مد الذراعين .</p>		الإداري
		<p>الخطوات الفنية /</p> <p>١- يكون الجسم مستقيماً وترفع ركبة ساق التنفيذ عالياً مشكلة زاوية قائمة نحو الكرة .</p> <p>٢- وقبل وصول الكرة نحو الفخذ بلحظة وبأول لمسة يتم سحب الرجل بفرد الركبة لأسفل شيئاً فشيئاً حتى تصل القدم الأرض وبذلك تسير الكرة متدرجة على الأرض .</p> <p>٣- يمكن عدم ترك الكرة تسقط على الأرض لاستخدامها في التمرير أو التصويب .</p> <p>الخطوات التطبيقية /</p> <p>١- القيام بالمهارة دون الكرة .</p> <p>٢- يقوم الطالب برمي الكرة عالياً لمسافة مترين ثم امتصاصها بالفخذ .</p> <p>٣- يقوم الطالب بتطبيق الكرة على الفخذ عدة مرات ثم امتصاصها .</p> <p>٤- يقوم طالب برمي الكرة نحو الزميل ويقوم بامتصاصها .</p>		الرئيسي
		<p>* (وقوف) ثني الجذع إماماً أسفل مع مسك المشطين والثبات لمدة (٣ث).</p>		الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يؤدي الطالب امتصاص الكرة بالصدر بطريقة صحيحة .
يفسر الطالب أهمية المهارة أثناء التعلم.
يستمتع الطالب ألي ملاحظات زملائه ،

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
		<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور.</p> <p>الإجماع: 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 أماماً ليلمس زميله وهكذا القاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة .</p> <p>أ) تمارين الإطالة والمرونة:</p> <p>١- (وقوف) ثني الجذع أماماً أسفل مسك الساقين والثبات لمدة (٣ ث) . ٢- (جلوس على أربع) مد رجل واحدة والارتكاز على الأخرى ثم التبديل .</p> <p>ب) تمارين الإعداد العام:</p> <p>١- (وقوف) تبادل رفع الركبة عالياً مع مرجحة الذراعان أماماً وخلف . ٢- (وقوف - انثناء ميل) مد الذراعان عالياً .</p> <p>ج) تمارين الإعداد البدني الخاص:</p> <p>١- (وقوف - ثبات الوسط) الوثب في المكان وعند العدة الرابعة الجلوس على أربع . ٢- (وقوف فتحاً - الذراعان جانباً) ميل الجذع لمحاولة لمس الرجل باليد . ٣- (جثو أفقي) مد الرجل خلفاً مع رفع الذراع العكسية عالياً .</p> <p>الخطوات الفنية:</p> <p>١- تستخدم هذه المهارة عندما تأتي الكرة في مستوى ارتفاع الصدر . ٢- يكون أعلى الجسم مستقيماً وعند لمس الكرة يميل قليلاً للأمام . ٣- يرتكز الجسم على قدمان ويكون الكتفان متوجهتان للأمام . ٤- عند التقاء الكرة بالصدر يتم امتصاصها بحيث تفقد سرعتها ويقوم اللاعب بتوجيهها واستخدامها استخدامات متنوعة حسب موقف اللعب .</p> <p>الخطوات التطبيقية:</p> <p>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 المارة . ٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة</p> <p>* (وقوف - الذراعان عالياً) رفع الركبة عالياً مع التصفيق تحتها</p>		الإداري
				التمهيدي
				الرئيسي
				الختامي

ملاحظة الأدوات والأخطاء

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب الركلة الحرة المباشرة وغير المباشرة بدقة .
- يشرح الطالب الخطوات التعليمية للمهارة .
- ينظم الطالب أدائه للمهارة لاستخدامها في المباراة .

أن
أن
أن

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأخطاء والأخطاء		<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور.</p> <p>الإجماع: الجري الجاني على حدود الملعب والوجه للداخل وعند سماع الإشارة يلف اللاعب نصف لفة لتغير اتجاه الوجه للخارج مع استمرار الجري .</p> <p>(أ) تمارين الإطالة والمرونة :</p> <p>١- (وقوف - الذراعان عالياً) ثني الجذع أماماً أسفل ببطء مع زحقة راحتي اليدين على الرجلين .</p> <p>٢- (جلوس طويلاً) ثني الركبة على الصدر ومسكها باليدين ثم التبديل .</p> <p>(ب) تمارين الإعداد العام :</p> <p>١- (وقوف) ثني الركبتين كاملاً ثم وضعهما على الأرض للجنو .</p> <p>٢- (وقوف فتحة - الذراعان جانباً) رفع الرجلين عالياً مع لمس القدمين بالتبادل.</p> <p>(ج) تمارين الإعداد البدني الخاص :</p> <p>١- (وقوف ت ثبات الوسط) الجري مع رفع الركبة عالياً .</p> <p>٢- (وقوف - ثبات الوسط) لف الجذع .</p> <p>٣- (انبطاح مائل) ثني الذراعان .</p>		الإداري
		<p>* يؤدي المعلم أو أحد من الطلاب المميزين نموذج للمهارة</p> <p>* توزيع الطلاب إلى مجموعات تقوم بتطبيق المهارة تحت إشراف المعلم .</p> <p>الخطوات الفنية :</p> <p>١- الجسم مواجه للكرة مع تركيز النظر على الزميل .</p> <p>٢- وضع القدم الثابتة بجانب الكرة مع ثني الركبة قليلاً وميل الجذع للأمام قليلاً .</p> <p>٣- مرجحة القدم للاعبية وضرب الكرة بوجه القدم الأمامي .</p> <p>الخطوات التطبيقية:</p> <p>١- أداء المهارة من قبل المعلم .</p> <p>٢- أداء الحركة ببطء .</p> <p>٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية</p> <p>٤- تصحيح الأخطاء أول بأول .</p> <p>٥- عمل نموذج لأحد الطلاب .</p> <p>٦- يعطى الطالب وقت كافي للممارسة .</p> <p>٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة</p> <p>٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة</p>		التمهيدي
		<p>* (وقوف) مرجحة الذراعان أماماً أسفل أماماً عالياً .</p>		الختامي

- ١ المهاري
٢ المعرفي
٣ الوجداني
- أن
أن
أن
- يؤدي الطالب ضرب الكرة بالرأس من الحركة بطريقة صحيحة .
يقارن الطالب بين المنافسة وبين تعلم المهارة .
يستثمر الطالب جهده أثناء أداء المنافسة .

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأخطاء والأخطاء		<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور.</p> <p>الإجماع: ضرب الكرة بالرأس : يقسم الفصل إلى مجموعتين يقف أمام كل مجموعة لاعب يرمي الكرة بيده للاعب الأول الذي يردّها برأسه ثم يجلس في مكانه حتى يعطي اللاعب الواقف خلفه الفرصة لأداء نفس التدريب وهكذا.</p> <p>أ) تمارين الإطالة والمرونة:</p> <p>١- (وقوف - نصفاً) مسك القدم خلفاً مع شدها ثم التبديل . ٢- (جلوس طويلاً) تبادل ثني ركبة واحدة على الصدر ومسكها ثم التبديل .</p> <p>ب) تمارين الإعداد العام:</p> <p>١- (جنو أقصى) تبادل لف الجذع جانباً مع قذف الذراع جانباً. ٢- (وقوف فتحاً - الذراعان عالياً) تبادل ثني الجذع جانباً .</p> <p>ج) تمارين الإعداد البدني الخاص:</p> <p>١- (جلوس طويلاً) تبادل ثني الركبتين على الصدر . ٢- (وقوف - الذراعان عالياً) ثني الجذع أماماً أسفل . ٣- (رقاد) المشي مع رفع الذراعين جانباً عالياً.</p>		الإداري
		<p>الخطوات الفنية :-</p> <p>٦- تضرب الكرة بالجبهة . من الحركة . ٧- يجب أن تكون العينين مفتوحتان . ٨- يجب أن تضرب الكرة من منتصفها . ٩- تثني الركبتان ويميل الجسم للخلف قبل ضرب الكرة أثناء الطيران . ١٠- ترتفع الذراعان جانباً بخفة لحفظ التوازن .</p> <p>الخطوات التطبيقية:</p> <p>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</p>		الرئيسي
		<p>* (وقوف) المرجحة العمودية .</p>		الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

أن يجيد الطالب مهارة تمرير الكرة بوجه القدم.
يتعلم الطالب الطريقة الصحيحة لتمرير الكرة بوجه القدم.
يحب الطالب الأداء الجماعي.

أن
أن
أن

المهادي
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء	كرة قدم	<p>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</p> <p>الإجماع : يقسم الفصل إلى مجموعتين ويحدد خط بداية ونهاية. - تقف المجموعة الأولى صفاً واحداً عند خط البداية وعند الإشارة تجري أفرادها بسرعة والذي يصل إلى خط النهاية أولاً هو الفائز ويكرر السباق للمجموعة الأخرى..... وهكذا.</p> <p>تمرينات الإطالة والمرونة :-</p> <p>(وقوف- الذراعان عالياً- تشبيك الأصابع) لف الكف لأعلى مع رفع العقابين وشد الجسم. (جلوس طويلاً) مسك الأمشاط والثبات لمدة (٣ث).</p> <p>تمرينات الأعداد البدني العام</p> <p>(وقوف - ثبات الوسط) ثني الجذع إماماً أسفل تبادل لمس المشطين (رقود - لمس الرقبة) تبادل رفع الذراعين عالياً</p> <p>تمرينات الإعداد البدني الخاص:</p> <p>(وقوف) المشي إماماً ثم الوثب إلى أعلى. (وقوف فتحاً- الذراعان جانباً) ثني الجذع إماماً أسفل تبادل لمس المشطين. (وقوف- الذراعان جانباً) عمل دوائر.</p>		الإداري
		<p>الخطوات التعليمية :</p> <ul style="list-style-type: none"> • يكون اقتراب الطالب من الكرة بميل نحو الأتجاه الذي ستوجه إليه الكرة • توضع القدم الثابتة بجانب خلف الكرة • يتجه مشط القدم الراكلة إلى أسفل ويثبت المفصل دون ثنية • تقابل الكرة مع الجزء الداخلي الأمامي من القدم وتستمر مرجحة الرجل إماماً بعد ركل الكرة ويكون النظر واقعا على الكرة عند ركلها <p>الخطوات التطبيقية</p> <ul style="list-style-type: none"> • أداء الحركة بدون كرة • ركل الكرة نحو الحائط من الثبات • ركل الكرة نحو الزميل من مسافة ٤م أرضية ثم ٦م عالية • ركل الكرة العالية لتسقط في منطقة معينة • ركل الكرة الثابتة من مناطق متعددة لتسقط في المرمى 		الرئيسي
		<p>* (وقوف) المرجحة العمودية.</p>		الختامي

١١	رقم الدرس	وحدة / كرة القدم	الرابع	الصف
كرة قدم (كتم الكرة بباطن القدم مع التصويب)	موضوع الدرس	/ /	تاريخ تنفيذ	
يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:				الأهداف السلوكية
يمارس الطالب مهارة كتم الكرة بأسفل القدم. يتعلم الطالب طريقة المهارة بسرعة. يدرك الطالب أهمية التنافس..				١ ٢ ٣
				المهادي المعرفي الوجداني
				أن أن أن

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء	كرة قدم - صولجان	<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور ..</p> <p>الإحماء : يقسم الفصل إلى ٤ قاطرات وعلى بعد ٢٠ م يوضع صولجان أمام كل قاطرة وعند الإشارة يجري دليل كل قاطرة ويدور حول الصولجان ويعود ليلمس زميلة.....وهكذا.</p> <p>تمارين الإطالة والمرونة :</p> <p>(جلوس طولاً) مسك الأمشاط والثبات لمدة (٣ث). (وقوف- الذراعان عالياً- تشبيك الأصابع) لف الكف لأعلى مع رفع العقابين وشد الجسم.</p> <p>تمارين الاعداد البدني العام</p> <p>(وقوف)الوثب في المكان. (وقوف - ثبات الوسط) تبادل قذف القدمين للإمام والخلف.</p> <p>تمارين الاعداد البدني الخاص:</p> <p>(جلوس على أربع) مد الركبتين إلى أعلى. (جلوس طولاً فتحاً) ثني الجذع مع تبادل لمس المشطين. (وقوف- الوضع إماماً مواجهة الزميل- تشبيك اليدين) ثني الذراعين.</p>		الإداري
		<p>الخطوات التعليمية</p> <ul style="list-style-type: none"> يشير قدم الرجل الثابتة الاتجاه القادمة منه الكرة وتثنى قدم الرجل قليلاً. تثنى ركبة الرجل التي ستلعب الكرة ويشير مشط القدم التي ستلعب الكرة إلى أعلى بحيث تكون هناك زاوية مائلة بين أسفل القدم والأرض وتوجد مسافة تستقر فيها الكرة بين القدم والأرض. بمجرد لمس الكرة للقدم تسحب الرجل قليلاً حتى لا ترتد الكرة. <p>الخطوات التطبيقية:</p> <ul style="list-style-type: none"> يقوم الطالب بالتدريب بدون كرة على اتخاذ الوضع السليم للمهارة. يقف لاعبان متقابلان وعلى بعد ٣ م يقوم أحدهم برمي الكرة من ارتفاع متر لتسقط إمام رجل الطالب الآخر الذي يقوم يكتمها بأسفل القدم. التمرين السابق مع زيادة المسافة بين الطالبين وزيادة ارتفاع الكرة. 		الرئيسي
		<p>* (وقوف) ثني الجذع إماماً أسفل الساقين لمدة (٣ث).</p>		الختامي

١٢	رقم الدرس	وحدة / كرة القدم	الرابع	الصف
كرة قدم (يشارك في منافسة مصغرة)	موضوع الدرس	/ /	تاريخ تنفيذ	
يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:				الأهداف السلوكية
يظهر حماسا للمشاركة وبذل الجهد في النشاط البدني . يتعرف الطالب على ثلاثة أخطاء من مادة الأخطاء والسلوك. يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي.				١ ٢ ٣
				المهادي المعرفي الوجداني
				أن أن أن

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء	كرة قدم – ملعب كرة القدم	<p><u>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</u></p> <p><u>الإجماع :</u> يقف الطلاب في ٤ قاطرات خلف خط البداية وأمام كل قاطرة دائرتان المسافة بينهما ١٠م، يوضع في الدائرة الأولى كرة، وعند الإشارة يجري دليل كل قاطرة ليقوم بنقل الكرة من الدائرة الأولى إلى الدائرة الثانية ثم العودة ليقوم الطالب الثاني بنقل الكرة من الثانية إلى الأولى.....وهكذا القاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة.</p> <p><u>تمريبات الإطالة والمرونة :</u></p> <p>(وقوف) ثني الجذع إماماً أسفل ومسك الساقين والثبات لمدة (٣ث). (انبطاح) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة الأرض.</p> <p><u>تمريبات الإعداد البدني الخاص:</u></p> <p>(وقوف- ثبات الوسط) الوثب في المكان مع تبادل القدمين للإمام وللخلف. (وقوف فتحاً) ثني الجذع إماماً أسفل والضغط على القدمين. (وقوف) المرجحة بزواوية.</p>		الإداري
		<p><u>الخطوات التعليمية:</u></p> <p>• يشارك المعلم مع بعض الطلاب المميزين في أداء المهارة.</p> <p><u>الخطوات التطبيقية:</u></p> <p>• تطبيق المهارات السابقة أثناء المنافسات الرياضية.</p>		الرئيسي
		<p>* (وقوف) المشي في المكان .</p>		الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يجيد الطالب مهارة تمرير الكرة بوجه القدم الخارجي.
يتعلم الطالب طريقة التمرير في وقت قصير.
يحب الطالب الأداء الجماعي.

أ
ن
أ

المهادي
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء	حائط - كرة قدم	<p>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور</p> <p>الإحماء: يجري الطلاب بطول الملعب ومع الصفارة يشير المعلم بيده في اتجاه معين فيغير الطلاب اتجاههم للجري في الاتجاه الذي أشار إليه المعلم بيده..... وهكذا.</p> <p>تمرينات الإطالة والمرونة :-</p> <p>(وقوف) ثني الجذع إماماً مع مسك الساقين والثبات لمدة (٣ ث). (جلوس على أربع) مد قدم واحدة جانباً والثبات ثم التبديل.</p> <p>تمرينات الإعداد البدني العام:</p> <p>(وقوف) تبادل رفع الركبتين. (جلوس على أربع) تبادل قذف القدمين للجانب.</p> <p>تمرينات الإعداد البدني الخاص:</p> <p>(وقوف- ثبات الوسط) الجري مع رفع الركبة عالياً. (وقوف) ثني الجذع إماماً أسفل. (وقوف) المرجحة العمودية.</p>		الإداري
		<p>الخطوات الفنية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • يكون اقتراب اللاعب نحو الاتجاه الذي ستوجه إليه الكرة. • توضع قدم الارتكاز بجانب الكرة وتثنى الركبة قليلاً. • مرجحة الرجل الراكلة خلفاً ثم إماماً لضرب الكرة ويميل الجذع للأمام قليلاً وترفع الذراعان لحفظ التوازن. <p>الخطوات التطبيقية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • تمرير الكرة بوجه القدم الخارجي نحو الحائط من الثبات • تمرير الكرة بين زميلين مع الزيادة في المسافة والقوة • التصويب نحو المرمى من مناطق ومساحات مختلفة . 		التمهيدي التربيسي
		<p>* (وقوف) المرجحة بزاوية.</p>		الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يؤدي الطالب مهارة كتم الكرة.
يتعرف الطالب على الطريقة الصحيحة.
يحب الطالب الأداء الجماعي.

أ
ن
أ

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقييم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء	أطواق - كرة قدم - ملعب كرة القدم	<p>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور</p> <p>الإجماع: يقسم الفصل إلى ٤ قاطرات يرسم خط البداية وعلى بعد ١٥ م يرسم خط النهاية مع وضع ٤ أطواق عند الإشارة يجري دليل كل قاطرة للوقوف داخل الطوق الطالب الأسرع تحسب له نقطة القاطرة التي تجمع أكبر عدد من النقاط هي الفائزة.</p> <p>تمريبات الإطالة والمرونة: (ووقوف نصفاً) مسك القدم خلفاً وشدها ثم التبديل. (انبطاح) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة الأرض.</p> <p>تمريبات الإعداد البدني العام: (وقوف) الجري مع رفع الركبتين والضرب عليها. (وقوف) الوثب في المكان.</p> <p>تمريبات الإعداد البدني الخاص: (وقوف) الجري في المكان. (وقوف) الذراعين جانباً لف الجذع. (وقوف) الذراعان جانباً عمل دوائر</p>		الإداري
		<p>الخطوات الفنية:</p> <ul style="list-style-type: none"> توضع القدم الثابتة أمام نقطة سقوط الكرة بمسافة مناسبة في اتجاه الذي تأتي منه الكرة. تنثني الرجل المستخدمة قليلاً مع رفع الساق للخلف بمسافة مناسبة ترفع الذراعان بخفة إلى الجانب للمحافظة على توازن الجسم وتترك القدم المستخدمة بحيث تقابل باطن القدم الكرة لحظة ارتدادها. <p>الخطوات التطبيقية:</p> <ul style="list-style-type: none"> كتم الكرة بباطن القدم بعد ضربها الأرض لمرة واحدة. كتم الكرة بباطن القدم من الكرة المقذوفة على شكل قوس. يتبادل طالبان (من مسافة ٤ م) الكرة عالية وكتمها بباطن القدم للسيطرة عليها. 		الرئيسي
		<p>* (وقوف) المرجحة العمودية.</p>		الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يشارك الطالب في منافسة مصغرة.
يتعرف الطالب على أهمية المسابقات وفوائدها.
يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي.

أ
ن
أ

المهاري
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الاداء وتصحيح الازخطاء	١ جل	<p>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور</p> <p>الإجماء: الجري الجانبي على حدود الملعب وعند سماع الصفارة تغيير الاتجاه.....وهكذا.</p> <p>تمرينات الإطالة والمرونة:</p> <p>(وقوف نصفاً) مسك القدم للخلف مع ميل الجذع للأمام ثم التبديل. (جلوس طولاً) مسك الأمشاط والثبات لمدة (٣ث). تمرينات الأعداد البدني العام:</p> <p>(وقوف فتحاً) تبادل قذف القدمين للجانب. (وقوف) المرجحة بزاوية. تمرينات الأعداد البدني الخاص:</p> <p>(وقوف) الوثب إماماً مع ثني الركبتين نصفاً. (وقوف- الذراعين جانباً) لف الجذع.</p>		الإداري
		<p>• يقسم الفصل الى عدة مجموعات متساوية وعمل منافسات في ما بينها مع التركيز على قانون اللعبة</p> <p>•</p> <p>•</p>		الرئيسي
		<p>* (وقوف - الذراعين عالياً) رفع الركبة عالياً مع التصفيق تحتها.</p>		الختامي

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يتمكن من الجري المتعرج بالكرة.
يتعلم الطالب الطريقة الصحية للمهارة .
أن يصمت الطالب حين الاستماع للشرح اللفظي للنموذج المؤدى.

أ
ن
أ

المهادي
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الاداء وتصحيح الأخطاء.	كرة قدم	<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</p> <p>الإحماء : الجري على حدود الملعب والمتفرج بين الصولجانات وكذلك تغير الاتجاه وكذلك بين الصولجانات.</p> <p>تمارين الإطالة والمرونة :-</p> <p>(جلوس طولاً) مسك الأمشاط والثبات لمدة (٣ث).</p> <p>(انبطاح) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة الأرض.</p> <p>تمارين الإعداد البدني العام:</p> <p>(وقوف) لف الجذع للجانب.</p> <p>(وقوف) الوثب في المكان.</p> <p>تمارين الإعداد البدني الخاص:</p> <p>(وقوف- ثبات الوسط) الجري مع رفع الركبة عالياً.</p> <p>(وقوف) مرجحة الذراعين جانباً عالياً.</p>		الإداري
		<p>النواحي الفنية :-</p> <ul style="list-style-type: none"> • الوقوف المناسب. • المتابعة الدقيقة للكرة. • مرونة المفاصل والجسم. • عدم تصلب الجزء المستخدم من الجسم. • استخدام الأيدي للحماية <p>النواحي التطبيقية</p> <ul style="list-style-type: none"> • إعطاء النموذج أمام الطلاب. • التدرج في المهارة. • أداء المهارة بدون كرة. • استخدام الكرة. • تصحيح الأخطاء • عمل منافسة. 		الريميني
		<p>* (وقوف) المشي في المكان.</p>		الختامي

الصف	السادس	وحدة / كرة القدم	رقم الدرس	١٧
تاريخ تنفيذ	/ /	موضوع الدرس	كرة قدم (كتم الكرة بوجه القدم الخارجي مع التصويب)	
الأهداف السلوكية	يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:			
١ ٢ ٣	المهادي المعرفي الوجداني	أن أن أن	أن يتقن الطالب مهارة كتم الكرة. يتعرف الطالب على طريقة أداء المهارة. أن يلتزم الطالب بارتداء الزي الرياضي النظيف.	

أجزاء الدرس	الزمن	إجراءات التدريس	الأدوات المستخدمة	أسلوب التقويم
الإداري		<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</p> <p>الإحماء : يقسم الفصل إلى ٤ قاطرات متساوية يوضع أمام كل قاطرة ٤ أطواق بين خط البداية وخط النهاية عند الإشارة يجري دليل كل قاطرة مع القيام بالوثب داخل كل طوق حتى خط النهاية ثم العودة بالجري ليلمس زميلة وهكذا القاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة.</p> <p>تمريبات الإطالة والمرونة:</p> <p>(وقوف- الذراعان عالياً) ثني الجذع إماماً أسفل ببطء مع زحقة راحتي اليدين على الرجلين.</p> <p>(وقوف- الذراعان عالياً- تشبيك الأصابع) لف الكفين لأعلى مع رفع العقابين وشد الجسم</p> <p>تمريبات الإعداد البدني العام:</p> <p>(وقوف- ثبات الوسط) تبادل قذف القدمين للأمام والخلف.</p> <p>(جلوس تربيعة) تبادل ضم القدمين إلى أعلى.</p> <p>تمريبات الإعداد البدني الخاص:</p> <p>(وقوف) الجري ثم الوثب.</p> <p>(وقوف فتحاً- الذراعان عالياً) ثني الجذع جانباً.</p> <p>(جلوس طولاً- الذراعان إماماً) ثني الذراعين على الصدر مع ثني الركبتين.</p>		
الرياضي		<p>الخطوات الفنية :</p> <ul style="list-style-type: none"> يرتكز الطالب على القدم الثابتة مع ثني الركبة قليلاً. تتمرجح الرجل داخلاً ثم خارجاً لكتم الكرة لحظة ارتطامها بالأرض وذلك باستخدام وجه القدم الخارجي. يميل الجذع قليلاً للأمام مع رفع الذراعين جانباً لحفظ التوازن. <p>الخطوات التطبيقية</p> <ul style="list-style-type: none"> يقوم المعلم بأداء المهارة أو احد الطلاب المميزين. كتم الكرة بعد ضربها على الأرض على ارتفاع متوسط. كتم الكرة المقذوف من الزميل. عمل منافسة جماعية تطبق فيها المهارة. 		
الختامي		* (وقوف) المرجحة بزاوية.		

ملاحظة الاداء وتصحيح الأخطاء.

كرة قدم - أطواق

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يؤدي الطالب مهارة ضرب الكرة بالرأس من الثبات.
يتعلم الطالب طريقة الأداء بسرعة.
أن يرفض الطالب إغارة ملابس الرياضية ألى غيره.

أن
أن
أن

المهادي
المعرفي
الوجداني

١
٢
٣

أسلوب التقويم	الأدوات المستخدمة	إجراءات التدريس	الزمن	أجزاء الدرس
ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء.	كرة قدم	<p>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</p> <p>الإجماع : يقسم الفصل إلى قاطرات وأمام كل قاطرة طوق يقوم كل دليل بتمرير الطوق من أسفل إلى أعلى ثم الوصول إلى خط النهاية والعودة ليلمس زميلة.....وهكذا.</p> <p>تمريبات الإطالة والمرونة:</p> <p>(وقوف) ثني الجذع إماما أسفل مع لمس الكف الأرض. (جلوس على أربع) مد رجل واحدة جانباً والارتكاز على الأخرى.</p> <p>تمريبات الإعداد البدني العام:</p> <p>(وقوف- ثبات الوسط) تبادل قذف القدمين للأمام والخلف. (وقوف) الوثب في المكان مع الجري.</p> <p>تمريبات الإعداد البدني الخاص:</p> <p>(جلوس على أربع) مد الركبتين مع رفع الذراعين إماما عالياً. (وقوف) مرجحة الذراعان إماما عالياً.</p>		الإداري
		<p>النواحي الفنية:-</p> <ul style="list-style-type: none"> • الوقوف المناسب. • القدمين مفتوحة. • المتابعة بالنظر. • الذراعان قبل لعبة الكرة إماما وعند لقي الكرة تكون مسحوبة للخلف للمساعدة وعمل قوة للضربة. <p>النواحي التطبيقية:-</p> <ul style="list-style-type: none"> • إعطاء النموذج أمام الطلاب. • التدرج في المهارة. • أداء المهارة بدون كرة. • استخدام الكرة. • تصحيح الأخطاء 		الرياضي
		<p>* (وقوف) المشي في المكان ٤ خطوات.</p>		الختامي