

|                  |   |                    |   |   |
|------------------|---|--------------------|---|---|
| الصف             | الخامس  | الوحدة : كرة طائرة | رقم الدرس   | ١ |
| تاريخ تنفيذ      | / /   | موضوع الدرس        | ( تمرير الكرة من أعلى بالأصابع الى الأمام والى الأعلى )   |   |
| الأهداف السلوكية | يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية: |                    |   |   |
| ١<br>٢<br>٣      | المهاري<br>المعرفي<br>الوجداني                                | أن<br>أن<br>أن     | يمرر الطالب الكرة بالأصابع إلى الأمام وإلى الأعلى .<br>يبين الطالب أهمية دقة تمرير الكرة بالأصابع إلى الأعلى في كرة الطائرة.<br>يتفاعل الطالب مع مبدأ التنافس الرياضي الشريف. |   |

| أجزاء<br>الدرس | الزمن | إجراءات التدريس   | أسلوب<br>التقويم | الأدوات<br>المستخدمة |
|----------------|-------|---|------------------|----------------------|
| الإداري        |       | <p><b>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور</b></p> <p><b>الإحماء :-</b> سياق تمرير الأطواق: يقسم الفصل إلى قاطرات وعلى بعد ١٠ متر يوضع أمام كل قاطرة طوق وعند سماع الصفارة يجري أول كل قاطرة إلى الطوق وتمرير من الرأس إلى الرجلين وهكذا.</p> <p><b>تمرينات الإطالة والمرونة :-</b></p> <p>(وقوف نصفاً) مسك القدم خلفاً مع شد ثم التبديل.<br/>(انبطاح) رفع الرأس إلى أعلى مع تقوس الظهر وملامسة الركبة الأرض.</p> <p><b>تمرينات الإعداد البدني العام :-</b></p> <p>(وقوف - ثبات الوسط) تبادل لف الجذع للجانبين.<br/>(وقوف فتحة) رفع الذراعان عالياً ٤ دورات ثم الضغط إلى أسفل ٤ مرات.</p> <p><b>تمرينات الإعداد البدني الخاص :-</b></p> <p>(وقوف - ثبات الوسط) الجري في المكان.<br/>(جلوس طويلاً فتحة - الذراعان أماماً) تبادل لمس المشطين.<br/>(وقوف) تبادل رفع الذراعين أماماً عالياً.</p> |                  |                      |
| الرياضي        |       | <p><b>الخطوات الفنية :-</b></p> <p>١. يقف الطالب والقدمان باتساع الحوض الركبتان مثنيتان قليلاً الجذع عمودي ومائلاً قليلاً للإمام الذراعان مثنيتان أمام الجسم والأصابع منتشرة وغير متصلبة وتأخذ شكل الكرة.</p> <p>٢. عند ملامسة الكرة للأصابع تغطي سلاميات الأصابع الكرة من النصف الخلفي السفلي وتؤدي التمريرة بفرد الذراعين وفرد جميع أجزاء الجسم لحظة ملامسة الكرة.</p> <p><b>الخطوات التطبيقية :-</b></p> <p>( يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة )</p> <p>١- أداء المهارة دون كرة.<br/>٢- دفع الكرة عالياً مسافة ٣م ثم تمريرها من أعلى للأمام.<br/>٣- تمرير الكرة باستمرار نحو الجدار من مسافة ٣ ، ٤ ، ٥ م.<br/>٤- تمرير الكرة نحو الحائط ثم إعادة تمريرها من الوثب.<br/>٥- تمرير الكرة بين زميلين.<br/>٦- تمرير الكرة بين زميلين من فوق الشبكة.</p>                       |                  |                      |
| الختامي        |       | ( وقوف ) المرجحة بزاوية.  |                  |                      |

## ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء

أطواق

كرة طائرة

|   |             |                    |             |                                |
|---|-------------|--------------------|-------------|--------------------------------|
| ٢   | رقم الدرس   | الوحدة : كرة طائرة | الخامس      | الصف                           |
| (تمرير الكرة من أسفل بالساعدين)   | موضوع الدرس | / /                | تاريخ تنفيذ |                                |
| يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:   |             |                    |             | الأهداف السلوكية               |
| يتقن الطالب مهارة تمرير الكرة بالساعدين من أسفل.<br>يذكر الطالب الوضع المسموح اتخاذه أثناء التمرير في كرة الطائرة.<br>يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي. |             |                    |             | ١<br>٢<br>٣                    |
|   |             |                    |             | المهاري<br>المعرفي<br>الوجداني |

| أسلوب التقويم                | الأدوات المستخدمة | إجراءات التدريس   | الزمن | أجزاء الدرس |
|------------------------------|-------------------|---|-------|-------------|
| ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء | عصى               | <p><b>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور</b></p> <p><b>الإحماء :</b> يقف الطلاب في قاطرة واحدة توضع عصي متوازية على الأرض على صفين الحمل على الرجل اليمنى متر في الصف الأول ثم على الرجل اليسرى في العودة ... وهكذا.</p> <p><b>تمرينات الإطالة والمرونة :-</b></p> <p>(وقوف - الذراعان عالياً - تشبيك الأصابع) لف الكفين مع رفع العقابين ثم شد الجسم.</p> <p>(وقوف نصفاً) مسك القدم وشدها للخلف ثم التبديل.</p> <p><b>تمرينات الإعداد البدني العام:</b></p> <p>(وقوف) المرجحة العمودية.</p> <p>(وقوف - ثبات الوسط) تبادل الضغط على القدمين.</p> <p><b>تمرينات الإعداد البدني الخاص:</b></p> <p>(وقوف) الجري في المكان بالتدرج.</p> <p>(وقوف - ميل الجذع للأمام - الذراعان جانباً) تبادل لمس المشطين.</p>   |       | الإداري     |
|                              |                   | <p><b>الخطوات الفنية:-</b></p> <p>١- وقوف فتحاً الركبتين منثنيتين قليلاً.</p> <p>٢- تتلاصق الكفين مع امتداد الأصابع جميعها ماعدا الإبهامين اللذين يثنيان للداخل قليلاً وتلامس الكرة سطح الإبهامين والسبابتين.</p> <p>٣- عند ملامسة الكرة للساعدين يتم فرد أجزاء الجسم لأعلى ودفع الكرة بالاتجاه المناسب بشكل قوي. ثم العودة للوضع الأصلي استعداد لاستقبال كرة أخرى.</p> <p><b>الخطوات التطبيقية:-</b></p> <p>( يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة )</p> <p>١- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية دون كرة.</p> <p>٢- التمرير نحو الحائط بالساعدين من أسفل من مسافة ٣م.</p> <p>٣- التمرير من أسفل بالساعدين بين الزميلين من مسافة ٣م.</p> <p>٤- تمرير الكرة بين صفين مواجهين: تودي في صورة منافسة بين مجموعتين كل مجموعة صفين مواجهين وتفوز بالمباراة المجموعة التي يقطع تمرير الكرة بينهما أكبر عدد من المرات</p> |       | الرياضي     |
|                              |                   | (وقوف) المشي في المكان ٤ خطوات.   |       | الختامي     |

|   |             |                    |                  |                                |
|---|-------------|--------------------|------------------|--------------------------------|
| ٣   | رقم الدرس   | الوحدة : كرة طائرة | الخامس           | الصف                           |
| (الإرسال الجانبي من أسفل)   | موضوع الدرس | / /                | تاريخ تنفيذ      |                                |
| يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:   |             |                    | الأهداف السلوكية |                                |
| يؤدي الطالب الإرسال الجانبي من أسفل.<br>يسمي الطالب المنطقة التي يؤدي منها الإرسال في كرة الطائرة.<br>يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي. |             |                    | أن<br>أن<br>أن   | المهاري<br>المعرفي<br>الوجداني |
|   |             |                    | ١<br>٢<br>٣      |                                |

| أسلوب التقويم                | الأدوات المستخدمة  | إجراءات التدريس   | الزمن | أجزاء الدرس         |
|------------------------------|--------------------|---|-------|---------------------|
| ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء | أعلام<br>كرة طائرة | <p><b>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور</b></p> <p><b>الإجماع :-</b> تتابع الإعلام: يقسم الفصل إلى قاطرات متساوية تقف على خط البدء مع دليل كل قاطرة علم ويرسم خط النهاية على بعد ١٠ متر وعند سماع الصفارة يجري أول كل قاطرة بالعلم ووضعه على خط النهاية ثم العودة للمس اللاعب التالي.</p> <p><b>تمريبات الإطالة والمرونة :-</b></p> <p>(وقوف - الذراعان عالياً) ثني الجذع أماماً أسفل ببطء مع زحقة راحتي اليدين على الرجلين.</p> <p>(جلوس على أربع) مد رجل واحدة مع الارتكاز على الأخرى ثم التبديل.</p> <p><b>تمريبات الإعداد البدني العام :-</b></p> <p>(وقوف ثبات الوسط) تبادل قذف القدمين.</p> <p>(وقوف) المرجحة العمودية.</p> <p><b>تمريبات الإعداد البدني الخاص :-</b></p> <p>(وقوف فتحاً - ثبات الوسط) الوثب في المكان ثم ضم القدمين.</p> <p>(وقوف - الذراعان عالياً) تقوس الجذع خلفاً وضغط المنكبين ثم الانحناء أماماً أسفل للضغط.</p> <p>(وقوف - انثناء عرضاً) عمل دوائر بالمرافقين وعكس الدوران.</p> |       | الإداري             |
|                              |                    | <p><b>الخطوات الفنية :-</b></p> <p>١- يقف الطالب في منطقة الإرسال ويكون الكتف مواجه للشبكة (في حالة اللاعب الأيمن) القدم اليسرى للخلف قليلاً الركبتان منثنتان قليلاً والجذع عامودي على الفخذين والكرة على راحة اليد اليسرى.</p> <p>٢- تقذف الكرة للأعلى وتمرجح الذراع الضارب للخلف وللأسفل جانباً قليلاً لضرب الكرة في الجهة الخليفة السفلى واليد مجوفة والأصابع مشدودة ومتلاصقة ، يلف الجسم على المشطين لمواجهة الشبكة بصدر الطالب .</p> <p><b>الخطوات التطبيقية :-</b></p> <p>( يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة )</p> <p>١- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية دون كرة.</p> <p>٢- أداء الإرسال من أسفل الجانبي نحو مستوى معين على الحائط .</p> <p>٣- الإرسال من أسفل الجانبي نحو نقطة في النصف الآخر للملعب.</p>  |       | التمهيدي<br>التريسي |
|                              |                    | (وقوف) المشي في المكان .  |       | الختامي             |

|   |             |                    |             |                                |
|---|-------------|--------------------|-------------|--------------------------------|
| ٤   | رقم الدرس   | الوحدة : كرة طائرة | الرابع      | الصف                           |
| ( استقبال الكرة من أسفل بالساعدين )   | موضوع الدرس | / /                | تاريخ تنفيذ |                                |
| يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:   |             |                    |             | الأهداف السلوكية               |
| يستقبل الطالب الكرة من الأسفل بالساعدين.<br>يسمي الطالب المنطقة التي يؤدي منها الإرسال في كرة الطائرة.<br>يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي. |             |                    |             | ١<br>٢<br>٣                    |
|   |             |                    |             | المهاري<br>المعرفي<br>الوجداني |
|   |             |                    |             | أن<br>أن<br>أن                 |

| أسلوب التقييم                | الأدوات المستخدمة   | إجراءات التدريس  | الزمن | أجزاء الدرس |
|------------------------------|---------------------|--|-------|-------------|
| ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء | جلال -<br>كرة طائرة | <p><b>احضار الطلاب الى الملعب واخذ الحضور</b></p> <p><b>الإحماء :</b> تتابع الوثب بالحبل .<br/>يقسم الفصل إلى قاطرتين وتقسّم كل واحدة إلى قسمين وبينهما مسافة من ٨-١٠م وعند سماع الصفارة يجري الطالب الأول مع الوثب بالحبل إلى الدليل الطالب الثاني يستلم الحبل ثم يقوم بنفس العمل والفائز الذي ينتهي أولاً.<br/><b>تمارين الإطالة والمرونة :-</b><br/>(وقوف- الذراعان عالياً- تشبيك الأصابع) لف الكف لأعلى مع رفع العقابيين وشد الجسم.<br/>(جلوس طولاً) مسك الأمشاط والثبات لمدة (٣ث).<br/><b>تمارين الإعداد البدني العام:</b><br/>(وقوف) المرجحة العمودية.<br/>(جلوس طولاً) تبادل رفع الركبتين على الصدر.<br/><b>تمارين الإعداد البدني الخاص:</b><br/>(وقوف- ثبات الوسط) الوثب في المكان.<br/>(وقوف فتحاً- الذراعان جانباً) ثني الجذع أماماً أسفل تبادل لمس المشطين.</p> |       | الإداري     |
|                              |                     | <p><b>الخطوات الفنية :</b></p> <p>١- يقف الطالب باتزان على كلتا قدميه وبينهما مسافة مناسبة.<br/>٢- القدمين مفتوحة باتساع الحوض أو قدم للأمام وقد للخلف.<br/>٣- إنشاء في مفصل الركبة مع ميل الجذع للأمام قليل.<br/>٤- النظر يكون متبع للكرة.<br/>٥- تكون أحد اليدين في بطن الأخرى .<br/><b>الخطوات التطبيقية:</b><br/>( يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة )<br/>١- أداء المهارة بدون كرة.<br/>٢- رمي الكرة لأعلى مسافة ٣م ثم استقبالها.<br/>٣- ضرب الكرة بالأرض لترتد عالياً ثم استقبالها.<br/>٤- رمي الكرة لأعلى مسافة ٣م ثم استقبالها.<br/>٥- تمرير الكرة نحو الحائط ثم استقبالها.<br/>٦- التمرير السابق ولكن بمساعدة الزميل.</p>  |       | التهيضي     |
|                              |                     | (وقوف) المرجحة العمودية.   |       | الختامي     |

|   |             |                    |             |                                |
|---|-------------|--------------------|-------------|--------------------------------|
| ٥   | رقم الدرس   | الوحدة : كرة طائرة | الرابع      | الصف                           |
| ( الإرسال من الأسفل )   | موضوع الدرس | / /                | تاريخ تنفيذ |                                |
| يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:   |             |                    |             | الأهداف السلوكية               |
| يؤدي الطالب الإرسال من الأسفل .<br>يتعلم الطالب طريقة الإرسال بالمواجهة.<br>يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي. |             |                    |             | ١<br>٢<br>٣                    |
|   |             |                    |             | المهاري<br>المعرفي<br>الوجداني |
|   |             |                    |             | أن<br>أن<br>أن                 |

| أسلوب التقويم                | الأدوات المستخدمة | إجراءات التدريس  | الزمن | جزء الدرس |
|------------------------------|-------------------|--|-------|-----------|
| ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء | كرة طائرة         | <p><b>احضار الطلاب الى الملعب واخذ الحضور</b></p> <p><b>الإجماع :</b> الجري الحر في الملعب وعند الإشارة يقف كل طالب على قدم واحدة مع الثبات وأحسن طالب ثباتاً تحسب له نقطة. وهكذا.</p> <p><b>تمرينات الإطالة والمرونة:</b></p> <p>(وقوف) ميل الجذع أماماً أسفل مع مسك الساقين وثبات لمدة (٣ث).<br/>(جلوس على أربع) مد رجل واحدة جانباً والارتكاز على الأخرى ثم الثبات.</p> <p><b>تمرينات الإعداد البدني العام:</b></p> <p>(وقوف) المرجحة بزاوية.<br/>(وقوف- ثبات الوسط) تبادل فتح القدمين من الوثب.</p> <p><b>تمرينات الإعداد البدني الخاص:</b></p> <p>(وقوف) الوثب في المكان.<br/>(وقوف- الذراعان جانباً) لف الجذع.<br/>(وقوف) تبادل رفع الذراعين أماماً عالياً</p> |       | الإداري   |
|                              |                   | <p><b>الخطوات الفنية :</b></p> <p>١- يقف الطلاب خلف خط النهاية والصدر مواجه للشبكة مع وضع إحدى القدمين للأمام والأخرى للخلف للكرة على راحة اليد غير الضاربة أمام الرجل الخلفية.</p> <p>٢- عند قذف اليد الحاملة للكرة لأعلى في ارتفاع الكتف تقريباً تارجح الذراع الضاربة مع ميل الجسم للأمام وتضرب الكرة باليد وهي مضمومة الأصابع.</p> <p><b>الخطوات التطبيقية:</b></p> <p>( يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة )</p> <p>١- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية دون كرة.<br/>٢- ضرب الكرة بيد الذراع اليمنى نحو الحائط من المسافة ٤م، ٥م.<br/>٣- التمرين السابق باليد اليسرى.<br/>٤- أداء الإرسال من أسفل نحو الجهة المعاكسة لمكان إرسال الكرة.</p>         |       | الرئيسي   |
|                              |                   | ( وقوف) رفع العقابين مع رفع الذراعين جانباً.   |       | الختامي   |

|   |             |                    |             |                                      |
|---|-------------|--------------------|-------------|--------------------------------------|
| ٦   | رقم الدرس   | الوحدة : كرة طائرة | الرابع      | الصف                                 |
| (التمرير من اسفل باليدين )  | موضوع الدرس | / /                | تاريخ تنفيذ |                                      |
| يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:   |             |                    |             | الأهداف السلوكية                     |
| يمررا لطالب الكرة من أسفل باليدين.<br>يذكر الطالب الوضع المسموح اتخاذه أثناء التمرير في كرة الطائرة.<br>يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي. |             |                    |             | ١ المهاري<br>٢ المعرفي<br>٣ الوجداني |

| أسلوب التقويم                | الأدوات المستخدمة | إجراءات التدريس   | الزمن | أجزاء الدرس |
|------------------------------|-------------------|---|-------|-------------|
| ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء | كرة طائرة         | <p><b>احضار الطلاب الى الملعب واخذ الحضور</b></p> <p><b>الإحماء :</b> ينتشر الطلاب في الملعب عند سماع صفارة واحدة يجرون في انطلاق حر وعند سماع صفارتين يحاولون الجلوس على أربع.... وهكذا.</p> <p><b>تمرينات الإطالة والمرونة:</b></p> <p>(انبطاح) رفع الرأس مع تقوس الظهر. وملامسة الركبة الأرض.</p> <p>(وقوف) ثني الجذع أماماً أسفل مع مسك الساقين والثبات لمدة (٣ ث).</p> <p><b>تمرينات الإعداد البدني العام:</b></p> <p>(وقوف- ثبات الوسط) تبادل قذف القدمين للجانب.</p> <p>(وقوف) الضغط على القدمين بالتبادل.</p> <p><b>تمرينات الإعداد البدني الخاص:</b></p> <p>(وقوف- الذراعان جانباً) ثني الركبتان كاملاً.</p> <p>(وقوف- الذراعان جانباً) لف الجذع.</p> <p>(وقوف) دوران الذراعين بالتقاطع أمام الصدر.</p>  |       | الإداري     |
|                              |                   | <p><b>الخطوات الفنية:</b></p> <p>١- وقوف فتحاً الركبتين منتنيتين قليلاً.</p> <p>٢- تتلاصق الكفين مع امتداد الأصابع جميعها ماعدا الإبهامين اللذين ينتنيان للداخل قليلاً وتلامس الكرة سطح الإبهامين والسبابتين.</p> <p>٣- عند ملامسة الكرة للساعدين يتم فرد أجزاء الجسم لأعلى ودفع الكرة بالاتجاه المناسب بشكل قوي. ثم العودة للوضع الأصلي استعداد لاستقبال كرة أخرى.</p> <p><b>الخطوات التطبيقية:</b></p> <p>( يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة )</p> <p>١- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية دون كرة.</p> <p>٢- التمرير نحو الحائط بالساعدين من أسفل من مسافة ٣م.</p> <p>٣- التمرير من أسفل بالساعدين بين الزميلين من مسافة ٣م.</p> <p>٤- تمرير الكرة بين صفيين مواجهين: تودي في صورة منافسة بين مجموعتين كل مجموعة صفيين مواجهين وتفوز بالمباراة المجموعة التي يقطع تمرير الكرة بينهما اكبر عدد من المرات.</p> |       | الرياضي     |
|                              |                   | ( وقوف) المشي في المكان   |       | الختامي     |

|  |           |                    |        |                                      |
|--|-----------|--------------------|--------|--------------------------------------|
| ٧  | رقم الدرس | الوحدة : كرة طائرة | السادس | الصف                                 |
| ( تمرير الكرة بالأصابع إلى الأعلى وإلى الخلف )   |           | موضوع الدرس        | / /    | تاريخ تنفيذ                          |
| يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:  |           |                    |        | الأهداف السلوكية                     |
| يمرر الطالب الكرة بالأصابع إلى الخلف.<br>يبين الطالب أهمية دقة تمرير الكرة بالأصابع إلى الأعلى في كرة الطائرة.<br>يدرك الطالب أهمية التنافس. |           |                    |        | ١ المهاري<br>٢ المعرفي<br>٣ الوجداني |

| أسلوب التقويم                | الأدوات المستخدمة | إجراءات التدريس   | الزمن | أجزاء الدرس |
|------------------------------|-------------------|---|-------|-------------|
| ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء | كرة طائرة         | <p><b>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور</b></p> <p><b>الإحماء:</b> يجري الطلاب في قاطرتان متجاورتان ويدي كل زميلين المتداخلتين متشابكتين وفي مستوى الكتف عند الإشارة يجري آخر طالبين بين القاطرتين ومن تحت الأذرع وهكذا.</p> <p><b>تمارين الإطالة والمرونة:-</b></p> <p>(وقوف - ميل الجذع للأمام) لمس الكف الأرض والثبات لمدة (٣ث).<br/>(جلوس طويلاً) ثني الركبة على الصدر مع مسكها والثبات ثم التبديل.</p> <p><b>تمارين الإعداد البدني العام:</b></p> <p>(وقوف - فتحاً) التشبيك من الأصابع والضغط عالياً أسفل ٤ مرات.<br/>(جلوس طويلاً) تبادل الضغط على القدمين.</p> <p><b>تمارين الإعداد البدني الخاص:</b></p> <p>(وقوف - ثبات الوسط) الوثب في المكان.<br/>(وقوف - الذراعان جانباً) لف الجذع.<br/>(وقوف) المرجحة العمودية.</p>  |       | الإداري     |
|                              |                   | <p><b>الخطوات الفنية :-</b></p> <p>١- يقف الطالب على القدمين باتساع الحوض الجذع عمودياً والنظر لأعلى باتجاه الكرة لوجود الطالب أسفل الكرة.<br/>٢- عند ملامسة الكرة لأصابع اليد يقوم الطالب بفرد جميع أجزاء الجسم المثنية مع فرد الذراعين لأعلى وللخلف مع تقوس الجذع للخلف .<br/>٣- دفع الحوض للإمام ورمي الرأس قليلاً للخلف حتى يأخذ الجسم شبة تقوس وتؤدي التميرية والذراعين مفرودتين.</p> <p><b>الخطوات التطبيقية :-</b></p> <p>(يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة)</p> <p>١- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية دون كرة.<br/>٢- الظهر مواجه للحائط دفع الكرة عالياً ثم تمريرها خلفاً نحو الحائط.<br/>٣- التمرير السابق ولكن الدوران لموجهة الحائط والتمرير أماماً.<br/>٤- التمرير خلفاً نحو الزميل من مسافة ٣م.<br/>٥- استقبال الكرة وتمريرها من الزميل المواجه خلفاً إلى الزميل المواجه للظهر ثم أداء التمرير بالعكس وتبديل الطلبة لأماكنهم.</p> |       | الرياضي     |
|                              |                   | (وقوف) المشي في المكان.   |       | الختامي     |

|                  |   |                    |   |   |
|------------------|---|--------------------|---|---|
| الصف             | السادس  | الوحدة : كرة طائرة | رقم الدرس   | ٨ |
| تاريخ تنفيذ      | / /   | موضوع الدرس        | ( تمرير الكرة بالساعدين )   |   |
| الأهداف السلوكية | يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية: |                    |   |   |
| ١<br>٢<br>٣      | المهاري<br>المعرفي<br>الوجداني                                | أن<br>أن<br>أن     | يمرر الطالب الكرة بالساعدين.<br>يذكر الطالب الوضع المسموح اتخاذه أثناء التمرير بالساعدين.<br>يدرك الطالب التنافس الجماعي. |   |

| أجزاء<br>الدرس | الزمن | إجراءات التدريس   | الأدوات<br>المستخدمة | أسلوب<br>التقويم |
|----------------|-------|---|----------------------|------------------|
| الإداري        |       | <p><b>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور</b></p> <p><b>الإجماع:</b> يجري الطلاب في قاطرة واحدة حول الحلقة عند الإشارة يجري آخر القاطرة في جري متعرج بين أفراد القاطرة حتى يصل أول القاطرة ... وهكذا.</p> <p><b>تمرينات الإطالة والمرونة:</b></p> <p>( جلوس طويلاً) مسك الأمشاط والثبات لمدة (٣ث).<br/>(الانبطاح) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة الأرض.<br/><b>تمرينات الإعداد البدني العام:</b><br/>(وقوف - ثبات الوسط) تبادل لف الجذع للجانبين.<br/>(وقوف) المرجحة العمودية.<br/><b>تمرينات الإعداد البدني الخاص:</b><br/>(جلوس على أربع) قذف الرجلين خلفاً.<br/>(وقوف فتحاً واجه - الذراعان أماماً) فتح ذراعي الزميل مع المقاومة</p>   |                      |                  |
| التمهيدي       |       | <p><b>الخطوات الفنية:</b></p> <p>١- وقوف فتحاً الركبتين منثنتين قليلاً.<br/>٢- تتلاصق الكفين مع امتداد الأصابع جميعها ماعدا الإبهامين اللذين ينثنيان للداخل قليلاً وتلامس الكرة سطح الإبهامين والسبابتين.<br/>٣- عند ملامسة الكرة للساعدين يتم فرد أجزاء الجسم لأعلى ودفع الكرة بالاتجاه المناسب بشكل قوي. ثم العودة للوضع الأصلي استعداد لاستقبال كرة أخرى.<br/><b>الخطوات التطبيقية:</b><br/>( يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة )<br/>١- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية دون كرة.<br/>٢- التمرير نحو الحائط بالساعدين من أسفل من مسافة ٣م.<br/>٣- التمرير من أعلى نحو الحائط ثم التمرير من أسفل مرة أخرى.<br/>٤- التمرير من أسفل بالساعدين بين الزميلين من مسافة ٣م.<br/>٥- التمرير من أسفل نحو الزميل ثم الدوران لاستقبال الكرة وتمريرها من أسفل للزميل الآخر وهكذا.</p> |                      |                  |
| الختامي        |       | ( وقوف) عمل أربع خطوات وأربع صفقات.   |                      |                  |

ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء

كرة طائرة



|                  |   |                    |  |   |
|------------------|---|--------------------|--|---|
| الصف             | السادس  | الوحدة : كرة طائرة | رقم الدرس  | ٩ |
| تاريخ تنفيذ      | / /   | موضوع الدرس        | (الإرسال المواجه من الأعلى)  |   |
| الأهداف السلوكية | يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية: |                    |  |   |
| ١<br>٢<br>٣      | المهاري<br>المعرفي<br>الوجداني                                | أن<br>أن<br>أن     | يؤدي الطالب الإرسال المواجه من الأعلى.<br>أذكر الطالب مرحلتين فنيتين للإرسال المواجه من الأعلى.<br>يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي. |   |

| أجزاء<br>الدرس | الزمن | إجراءات التدريس   | الأدوات<br>المستخدمة | أسلوب<br>التقويم |
|----------------|-------|---|----------------------|------------------|
| الإداري        |       | <p><b>احضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور</b></p> <p><b>الإحماء :</b> الجري العادي وعند الإشارة عمل وثبة للأمام ثم العودة وعمل وثبة ثانية وهكذا.</p> <p><b>تمارين الإطالة والمرونة:</b><br/>(وقوف – الذراعان عالياً – تشبيك الأصابع) لف الكفين لأعلى مع رفع العقابين وشد الجسم.<br/>(جلوس طويلاً فتحاً) مسك المشطين والثبات لمدة (٣ ث).</p> <p><b>تمارين الإعداد البدني العام:</b><br/>(وقوف)المرجحة العمودية.<br/>(جلوس) تبادل ضم الركبتين على الصدر.</p> <p><b>تمارين الإعداد البدني الخاص:</b><br/>(وقوف) الجري في المكان مع رفع الركبتين عالياً.<br/>(وقوف فتحاً – ثبات الوسط) ثني الجذع مع رفع الركبتين عالياً.<br/>(وقوف – انثناء عرضاً) مد الذراعين جانباً.</p>  |                      |                  |
| الريسي         |       | <p><b>الخطوات الفنية:</b></p> <p>١- تكون القدمان متوازيتان أو احد القدمين للأمام والأخرى للخلف.<br/>٢- الركبتان مثبتيان والجذع عمودي والنظر في حالة تركيز بين المسافة وارتفاع الشبكة ومكان توجيه الكرة وتكون الكرة في راحة اليد اليسرى .<br/>٣- تقذف الكرة لأعلى باليدين أمام الجسم بحيث تكون عامودية.<br/>٤- تمرجح الذراع الضاربة لأعلى خلفاً مع تقوس في الجسم خلفاً و لفته قليله جهة اليمين.<br/>٥- تضرب الكرة باليد المجوفة والذراع مفردة بحيث تعطي الكرة حركة لف أو دوران أثناء الطيران.</p> <p><b>الخطوات التطبيقية:</b></p> <p>( يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة )</p> <p>١- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية دون كرة.<br/>٢- أداء الإرسال من أعلى نحو الحائط من مسافات مختلفة .<br/>٣- أداء الإرسال نحو الحائط في مستوى ارتفاع معين ونحو دوائر مرسومة.<br/>٤- أداء الإرسال ليسقط في مواقع محدودة على الملعب.<br/>٥- أداء الإرسال نحو النصف الآخر للملعب نحو الزميل الذي يقوم باستقبال الإرسال باليدين من أسفل.</p> |                      |                  |
| الختامي        |       | ( وقوف) المرجحة العمودية .  |                      |                  |

## ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء

### كرة طائرة

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يؤدي الطالب الاستقبال بالساعدين بطريقة صحيحة .  
يفسر الطالب أهمية المهارة أثناء التعلم.  
يستمتع الطالب ألى ملاحظات زملائه ،

أن  
أن  
أن

المهاري  
المعرفي  
الوجداني

١  
٢  
٣

| أسلوب التقويم  | الأدوات المستخدمة | إجراءات التدريس  | الزمن | أجزاء الدرس |
|--|-------------------|--|-------|-------------|
| ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء                                       |                   | إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور.   |       | الإداري     |
|  |                   | <p><b>الإحماء :-</b> ( وقوف في قاطرة ) الجري العادي حول حدود الملعب .</p> <p><b>(أ) تمارين الإطالة والمرونة :-</b></p> <p>١- ( وقوف ) ميل الجذع أماماً أسفل مع مسك الساقين والثبات لمدة ( ٣٠ ث )</p> <p>٢- ( جلوس على أربع ) مد رجل واحدة جانباً والارتكاز على الأخرى ثم التبديل</p> <p><b>(ب) تمارين الإعداد العام :-</b></p> <p>١- ( وقوف ) الوثب في المحل أماماً وخلفاً .</p> <p>٢- ( وقوف مفتحاً - انثناء عرضاً ) قذف الذراعين جانباً .</p> <p><b>(ج) تمارين الإعداد البدني الخاص :-</b></p> <p>١- ( وقوف - ثبات الوسط ) الوثب في المكان مرتين ثم الوثب خلفاً مرتين.</p> <p>٢- ( جلوس طولاً فتحاً ) ثني الجذع أماماً والضغط بين القدمين .</p> <p>٣- ( جلوس طولاً - الظهر مواجه - اليدين متشابكتان مع الزميل ) ضغط الذراعين .</p>   |       | التمهيدي    |
|  |                   | <p><b>الخطوات الفنية :-</b></p> <p>١- يقف الطالب والقدمان باتساع الحوض ، الركبتان منتشيتان قليلاً الجذع عامودي ومائلاً قليلاً للأمام ، الذراعان منتشيتان وأمام الجسم والأصابع منتشرة وغير متصلبة وتأخذ شكل كره .</p> <p>٢- عند ملامسة الكرة للأصابع تغطي سلاميات الأصابع الكرة من النصف الخلفي السفلي وتؤدي التمريرة بفرد الذراعين وفرد جميع أجزاء الجسم لحظة ملامسة الكرة .</p> <p>٣- بعد تنفيذ التمريرة يجب على الطالب المحافظة على توازنه بنقل الرجل الخلفية للأمام استعداداً لاستقبال الكرة من الزميل</p> <p><b>الخطوات التطبيقية:-</b></p> <p>١- أداء المهارة من قبل المعلم . ٢- أداء الحركة ببطء .</p> <p>٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية ٤- تصحيح الأخطاء أول بأول .</p> <p>٥- عمل نموذج لأحد الطلاب . ٦- يعطى الطالب وقت كافي للممارسة .</p> <p>٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة ٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة</p> |       | الرئيسي     |
| ( وقوف فتحاً ) ميل الجذع أماماً مع تحريك الذراعين بطريقة بند ولية. |                   | الختامي  |       |             |

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب التمرير بالأصابع بدقة تامة .
- 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 |
|---------------|-------------------|--|-------|-------------|
|               |                   | <p><b>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</b></p> <p><b>الإجماع :</b> يقسم الفصل إلى أربع قاطرات توضع صولجانات أمام كل قاطرة ، وعند الإشارة يجري جميع أفراد القاطرة بين الصولجانات حتى خط النهاية .</p> <p><b>(أ) تمارينات الإطالة والمرونة :</b></p> <p>١- ( وقوف - الذراعان عالياً - تشبيك الأصابع ) لف الكفين لأعلى مع رفع العقابين ثم شد الجسم .</p> <p>٢- ( وقوف ) ميل الجذع أماماً أسفل مع لمس الكف الأرض والثبات لمدة (٣ث).</p> <p><b>(ب) تمارينات الإعداد العام :</b></p> <p>١- ( وقوف - الذراعان جانباً ) تبادل رفع الرجلين أماماً مع تصفيق أسفل الرجل المرفوعة</p> <p>٢- ( انبطاح مائل ) ثني الذراعين .</p> <p><b>(ج) تمارينات الإعداد البدني الخاص :</b></p> <p>١- ( وقوف - ثبات الوسط ) الوثب في المكان .</p> <p>٢- ( جلوس طولاً فتحاً ) ثني الجذع أماماً أسفل والضغط على القدمين بالتبادل .</p> <p>٣- ( وقوف فتحاً ميل - الذراعان جانباً ) ثني الذراعين .</p> |       | الإداري     |
|               |                   | <p>يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة .</p> <p>توزيع الطلاب إلى مجموعات تقوم بتطبيق المهارة تحت إشراف المعلم .</p> <p><b>الخطوات الفنية :</b></p> <p>١- يقف الطالب والقدمان باتساع الحوض الركبتان مثنيتان قليلاً الجذع عمودي ومائل قليلاً للأمام الذراعان مثنيتان أمام الجسم والأصابع منتشرة وغير متصلبة وتأخذ شكل الكرة .</p> <p>٢- عند ملامسة الكرة للأصابع تغطي سلاميات الأصابع الكرة من النصف الخلفي السفلي وتؤدي التمريرة بفرد الذراعين وفرد جميع أجزاء الجسم لحظة ملامسة الكرة .</p> <p><b>الخطوات التطبيقية:</b></p> <p>١- أداء المهارة من قبل المعلم . ٢- أداء الحركة ببطء .</p> <p>٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية ٤- تصحيح الأخطاء أول بأول .</p> <p>٥- عمل نموذج لأحد الطلاب . ٦- يعطى الطالب وقت كافي للممارسة .</p> <p>٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة ٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة</p>   |       | التمهيدي    |
|               |                   |  |       | الرئيسي     |
|               |                   |  |       | الختامي     |

ملاحظة الاداء وتصحيح الازخطاء

( وقوف ) مرجحة الذراعين أماماً عالياً .

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يشارك الطالب في منافسة مصغرة .  
يقارن الطالب بين المنافسة وبين تعلم المهارة .  
يستثمر الطالب جهده أثناء أداء المنافسة .

أن  
أن  
أن

المهاري  
المعرفي  
الوجداني

١  
٢  
٣

| أسلوب التقويم                 | الأدوات المستخدمة          | إجراءات التدريس  | الزمن | أجزاء الدرس |
|-------------------------------|----------------------------|--|-------|-------------|
| ملاحظة الاداء وتصحيح الازخطاء | كرة طائره + ملعب كرة طائره | <p><b>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور.</b></p> <p><b>الإجماع :</b> الجري بطول الملعب وعند الإشارة القيام بعمل لفه كاملة في الهواء ثم الاستمرار في الجري ..... وهكذا .</p> <p><b>(أ) تمارينات الإطالة والمرونة :</b></p> <p>١- ( وقوف نصفاً ) مسك القدم خلفاً مع شدها ثم التبديل .<br/>٢- ( جلوس طويلاً ) ثني الركبة على الصدر مع مسكها باليدين ثم التبديل .</p> <p><b>(ب) تمارينات الإعداد العام :</b></p> <p>١- ( وقوف ) الوثب فتحاً لأعلى مع رفع الذراعين جانباً عالياً .<br/>٢- ( وقوف فتحاً - ثبات الوسط ) الجذع مع رفع الذراعين جانباً .</p> <p><b>(ج) تمارينات الإعداد البدني الخاص :</b></p> <p>١- ( الطعن جانباً - ثبات الوسط ) تبادل وضع الطعن على القدمين جانباً .<br/>٢- ( وقوف فتحاً - ثبات الوسط ) لف الجذع والضغط على الجانبين بالتبادل .<br/>٣- ( وقوف - الذراعان جانباً والأخرى انثناء ) تغيير وضع الذراعين بالتبادل .</p> |       | الإداري     |
|                               |                            | <p>توزيع الطلاب إلى مجموعتين .<br/>تطبيق المهارات السابق تعلمها مثل :-</p> <p>١- الاستقبال بالساعدين .<br/>٢- التمرير بالأصابع .</p>   |       | التمهيدي    |
|                               |                            | <p>( وقوف ) مرجحة الذراعين أماماً أسفل .</p>   |       | الرئيسي     |
|                               |                            |  |       | الختامي     |

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب الاستقبال بالساعدين من الجانب بطريقة صحيحة .  
يميز الطالب بين الخطوات التعليمية والتطبيقية .  
يساهم الطالب في أداء المهارات أثناء المنافسة .

أن  
أن  
أن

المهاري  
المعرفي  
الوجداني

١  
٢  
٣

| أسلوب التقويم                | الأدوات المستخدمة | إجراءات التدريس   | الزمن | أجزاء الدرس |
|------------------------------|-------------------|---|-------|-------------|
| ملاحظة الاداء وتصحيح الاخطاء |                   | <p><b>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</b></p> <p><b>الإحماء :</b> ( وقوف في قاطرة ) الجري العادي حول حدود الملعب .<br/><b>(أ) تمارينات الإطالة والمرونة :</b><br/>١- ( وقوف - الذراعان عالياً ) ثني لجذع أماماً أسفل ببطء مع زحلقة راحتي اليدين على الرجلين .<br/>٢- ( انبطاح ) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة .<br/><b>(ب) تمارينات الإعداد العام :</b><br/>١- ( وقوف فتحاً - ثبات الوسط ) الوثب في المكان ثم الوثب مع تقاطع الرجلين .<br/>٢- ( وقوف - الذراعان عالياً ) تبادل الطعن أماماً .<br/><b>(ج) تمارينات الإعداد البدني الخاص :</b><br/>١- ( وقوف - ثبات الوسط ) الوثب فتحاً .<br/>٢- ( وقوف ) ثني الجذع أماماً أسفل والضغط خلفاً بين القدمين .<br/>٣- ( وقوف مواجه - تشبيك اليدين مع الزميل ) دفع الزميل ( : ) .</p> |       | الإداري     |
|                              |                   | <p><b>الخطوات الفنية :-</b></p> <p>١- تتلاصق الكفان جنباً لجنب ويتجهان إلى أعلى مع إمتداد الأصابع وتلامس الكرة لجزء العظمى مؤخرة اليد قرب الرسغ والميل للجانب .<br/>٢- تتلاصق الكفان وجها لوجه مع امتداد الأصابع جميعها ما عدا الإبهامين اللذين ينثنيان للداخل قليلاً وتلامس الكرة سطح الإبهامين والسبابتين .<br/>٣- عند ملامسة الكرة للساعدين الميل للجانب الذي توجد به الكرة ويتم فرد أجزاء الجسم لأعلى ودفع الكرة بالاتجاه المناسب بشكل قوي ، ثم العودة للوضع الأصلي استعداداً لاستقبال كرة أخرى .</p>   |       | التمهيدي    |
|                              |                   | <p><b>الخطوات التطبيقية:</b></p> <p>١- أداء المهارة من قبل المعلم .<br/>٢- أداء الحركة ببطء .<br/>٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية ٤- تصحيح الأخطاء أول بأول .<br/>٥- عمل نموذج لأحد الطلاب .<br/>٦- يعطى الطالب وقت كافي للممارسة .<br/>٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة ٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة</p>  |       | الرئيسي     |
|                              |                   | ( وقوف ) مرجحة الذراعين جانباً عالياً .   |       | الختامي     |

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب الضربة الساحقة بدقة تامة .
- يبين الطالب مزايا هذه المهارة .
- يساعد الطالب زملائه أثناء أداء المهارة .

أن  
أن  
أن

المهاري  
المعرفي  
الوجداني

١  
٢  
٣

| أسلوب التقويم  | الأدوات المستخدمة          | إجراءات التدريس  | الزمن | أجزاء الدرس |
|--|----------------------------|--|-------|-------------|
| ملاحظة الاداء وتصحيح الاخطاء<br>ملاحظة الاداء وتصحيح الاخطاء<br>ملاحظة الاداء وتصحيح الاخطاء | كرة طائرة + ملعب كرة طائرة | <p><b>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</b></p> <p><b>الإحماء:</b> يجري الطلاب في قاطرة واحدة حول حدود الملعب الحجل المتعرج على خط عرض الملعب مع التغير للجري العادي على خط طول الملعب .... وهكذا .</p> <p><b>(أ) تمارينات الإطالة والمرونة:</b></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 مع مسكها والثبات لمدة (٣ث).</p> <p><b>(ب) تمارينات الإعداد العام:</b></p> <p>١- (جثو فتحاً - لمس الرقبة) تقوس الجذع خلفاً .</p> <p>٢- (وقوف - الذراعان عالياً) رفع العقبين وثنى أعلى الجذع خلفاً .</p> <p><b>(ج) تمارينات الإعداد البنني الخاص:</b></p> <p>١- (وقوف - ثبات الوسط) الوثب في المكان مرتين ثم جانباً مرتين .</p> <p>٢- (جلوس طويلاً) ثني الجذع أماماً للضغط على القدمين .</p> <p>٣- (وقوف) المرجحة العمودية .</p>                                |       | الإداري     |
|  |                            | <p>يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة .</p> <p>توزيع الطلاب إلى مجموعات تقوم بتطبيق المهارة تحت إشراف المعلم .</p> <p><b>الخطوات الفنية:</b></p> <p>١- بعد نهاية الاقتراب يتحرك الجسم خلف الكرة وتكون القدمان باتساع الحوض والذراعان تتمرجحان بحركة دورانية جانبياً (أسفل خلف) استعداداً لعملية الارتقاء .</p> <p>٢- بعد نهاية الدفع لأعلى تتحرك الذراع الضاربة أماماً عالياً خلف الرأس، الذراع الأخرى تتحرك بزوايا قائمة وعرضاً أمام الجسم للمحافظة على التوازن ويقوم بالضرب فوق السطح العلوي للكرة .</p> <p><b>الخطوات التطبيقية:</b></p> <p>١- أداء المهارة من قبل المعلم .</p> <p>٢- أداء الحركة ببطء .</p> <p>٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية 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 ٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة .</p> |       | التمهيدي    |
|  |                            | <p>(وقوف) المشي في المكان .</p>  |       | الختامي     |

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

يشارك الطالب في منافسة مصغرة .  
يكون الطالب مع زملائه فريق واحد .  
يقبل الطالب ملاحظات زملائه أثناء المنافسة .

أن  
أن  
أن

المهاري  
المعرفي  
الوجداني

١  
٢  
٣

| أسلوب التقويم                 | الأدوات المستخدمة          | إجراءات التدريس  | الزمن | أجزاء الدرس |
|-------------------------------|----------------------------|--|-------|-------------|
| ملاحظة الاداء وتصحيح الازخطاء | كرة طائره + ملعب كرة طائره | حضور الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور وتقديم للدرس.   |       | الإداري     |
|                               |                            | <p><u>الإحماء</u> : الجري العادي على حدود الملعب .</p> <p><u>أ) تمارين الإطالة والمرونة</u> :</p> <p>١- ( وقوف ) ثني الجذع أماماً أسفل مع مسك الساقين ، والثبات لمدة (٣ث).<br/>٢- ( انبطاح ) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة الأرض.</p> <p><u>ب) تمارين الإعداد العام</u> :</p> <p>١- (رقود - الذراعان جانباً ) تبادل الرجلين جانباً للمس الأصابع .<br/>٢- (اقعاء ) مد الركبتين مع رفع الذراعين جانباً.</p> <p><u>ج) تمارين الإعداد البدني الخاص</u> :</p> <p>١- ( الطعن أماماً - الراحيتين على الركبة ) تبادل وضع الطعن على القدمين أماماً .<br/>٢- (وقوف فتحاً - ثبات الوسط ) لف الجذع والضغط على الجانبين بالتبادل .<br/>٣- (وقوف ) رفع الذراعين جانباً عالياً .</p> |       | التمهيدي    |
|                               |                            | <p>توزيع الطلاب إلى مجموعتين .</p> <p>تطبيق المهارات السابقة أثناء الممارسة مثل :-</p> <p>١ - الاستقبال بالساعدين من الجانب .<br/>٢ - الضربة الساحقة المستقيمة .</p>   |       | الرئيسي     |
|                               |                            | ( وقوف ) تبادل رفع العقبين مع رفع اليدين أماماً عالياً .   |       | الختامي     |

يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب الاستقبال بالساعدين من الوثب بطريقة صحيحة .
- يوضح الطالب الفرق بين الاستقبال بالساعدين والتمرير باليدين .
- يؤيد الطالب زملائه أثناء التعلم .

أن  
أن  
أن

المهاري  
المعرفي  
الوجداني

١  
٢  
٣

| أسلوب التقويم | الأدوات المستخدمة | إجراءات التدريس  | الزمن | أجزاء الدرس |
|---------------|-------------------|--|-------|-------------|
|               |                   | <p><b>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور .</b></p> <p><b>الإجماع:</b> يجري الطلاب في المحل وعند الإشارة يقوم كل طالب بالوثب عالياً وعمل دورة كاملة في الهواء ..... وهكذا .</p> <p><b>(أ) تمارينات الإطالة والمرونة:</b></p> <p>١- ( وقوف - الذراعان عالياً ) ثني لجذع أماماً أسفل ببطء مع زحلقة راحتي اليدين على الرجلين .</p> <p>٢- ( انبطاح ) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة للأرض.</p> <p><b>(ب) تمارينات الإعداد العام:</b></p> <p>١- ( وقوف ) تبادل رفع الركبة عالياً مع مرجحة الذراعان أماماً وخلف .</p> <p>٢- ( وقوف - انثناء ميل ) مد الذراعان عالياً .</p> <p><b>(ج) تمارينات الإعداد البدني الخاص:</b></p> <p>١- ( وقوف مواجهة مسك يد الزميل ) تبادل ثني الركبتين كاملاً ( : ) .</p> <p>٢- ( وقوف ) ثني الجذع أماماً أسفل والضغط خلفاً باليدين بين القدمين .</p> <p>٣- ( وقوف - الوضع أماماً - سند اليدين على الحائط ) محاولة دفع الحائط.</p> <p>توزيع الطلاب إلى مجموعات ثلاثية يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة .</p> <p><b>الخطوات الفنية :-</b></p> <p>١- يقف الطالب والقدمان باتساع الحوض ، الركبتان منتبختان قليلاً الجذع عامودي ومائلاً قليلاً للأمام ، الذراعان منتبختان وأمام الجسم والأصابع منتشرة وغير متصلبة وتأخذ شكل كره .</p> <p>٢- عند ملامسة الكرة للأصابع تغطي سلاميات الأصابع الكرة من النصف الخلفي السفلي وتؤدي التمريرة بفرد الذراعين وفرد جميع أجزاء الجسم لحظة ملامسة الكرة .</p> <p>٣- بعد تنفيذ التمريرة يجب على الطالب المحافظة على توازنه بنقل الرجل الخلفية للأمام استعداداً لاستقبال الكرة من الزميل</p> <p><b>الخطوات التطبيقية:</b></p> <p>١- أداء المهارة من قبل المعلم . ٢- أداء الحركة ببطء .</p> <p>٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية ٤- تصحيح الأخطاء أول بأول .</p> <p>٥- عمل نموذج لأحد الطلاب . ٦- يعطى الطالب وقت كافي للممارسة .</p> <p>٧- يقسم الفصل إلى مجموعتين لعمل المهارة ٨- أداء المهارة بطريقة المنافسة</p> |       | الإداري     |
|               |                   |  |       | التمهيدي    |
|               |                   |  |       | الرئيسي     |
|               |                   |  |       | الختامي     |
|               |                   | ( وقوف ) المرجحة العمودية مع رفع العقبين في العدة الأولى   |       |             |

ملاحظة الاداء وتصحيح الأخطاء



يتوقع من الطالب في نهاية الدرس تحقيق الأهداف السلوكية الآتية:

الأهداف السلوكية

- يؤدي الطالب حائط الصد الفردي .
- يبين الطالب مزايا هذه المهارة .
- يساعد الطالب زملائه أثناء أداء المهارة .

أن  
أن  
أن

المهاري  
المعرفي  
الوجداني

١  
٢  
٣

| أسلوب التقويم                | الأدوات المستخدمة | إجراءات التدريس   | الزمن | أجزاء الدرس |
|------------------------------|-------------------|---|-------|-------------|
| ملاحظة الاداء وتصحيح الازخاء | كرة طائره         | <p><b>حضور الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور وتقديم للدرس.</b></p> <p><b>الإحماء:</b> الجري الحر في الملعب وعند الإشارة يقوم الطالب بعمل وثبة في الهواء ..... وهكذا .</p> <p><b>( أ ) تمارين الإطالة والمرونة :</b></p> <p>١- ( وقوف ) ثني الجذع أماماً أسفل مع مسك الساقين والثبات لمدة (٣ث).<br/>٢- ( انبطاح ) رفع الرأس مع تقوس الظهر وملامسة الركبة الأرض .</p> <p><b>( ب ) تمارين الإعداد العام :</b></p> <p>١- ( وقوف ) ثني الركبتين كاملاً ثم وضعهما على الأرض للثجو .<br/>٢- ( وقوف فتحاً - الذراعان جانباً ) رفع الرجلين عالياً مع لمس القدمين بالتبادل.</p> <p><b>( ج ) تمارين الإعداد البدني الخاص :</b></p> <p>١- ( وقوف - الذراعان جانباً ) ثني الركبتين كاملاً<br/>٢- ( وقوف - الذراعان عالياً ) لف الجذع .<br/>٣- ( انبطاح مائل ) ثني الذراعين .</p>   |       | الإداري     |
|                              |                   | <p>يؤدي المعلم أو أحد الطلاب المميزين نموذج للمهارة .<br/>توزيع الطلاب إلى مجموعات تقوم بتطبيق المهارة تحت إشراف المعلم .</p> <p><b>الخطوات الفنية :</b></p> <p>يتم بتحريك الطالب الكابس ويقوم الطالب بالدفع والصعود في نفس الوقت الذي يقوم به الطالب الكابس بتنفيذ الضربة الساحقة ويتم ذلك بتحريكه بحركات جانبية حتى يصل إلى عملية التأهب . عند تنفيذ الضربة الساحقة يقوم الطالب بدفع القدمين وشد جميع أجزاء الذراعان واليدان أعلى من مستوى الحافة العليا للشبكة ويقوم الطالب لحظة لمس الكرة بأداء حركة كب للأمام من مفصل الرسغ لإخفاق هجوم المنافس .</p> <p><b>الخطوات التطبيقية:</b></p> <p>١- أداء المهارة من قبل المعلم .<br/>٢- أداء الحركة ببطء .<br/>٣- أداء المهارة حسب خطواتها الفنية ٤- تصحيح الأخطاء أول بأول .<br/>٥- عمل نموذج لأحد الطلاب .<br/>٦- يعطى الطالب وقت كافي للممارسة .<br/>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

يشارك الطالب في منافسة مصغرة .  
يكون الطالب مع زملائه فريق واحد .  
يقبل الطالب ملاحظات زملائه أثناء المنافسة .

أن  
أن  
أن

المهاري  
المعرفي  
الوجداني

١  
٢  
٣

| أسلوب التقويم               | الأدوات المستخدمة          | إجراءات التدريس  | الزمن | أجزاء الدرس |
|-----------------------------|----------------------------|--|-------|-------------|
| ملاحظة الاداء وتصحيح الخطاء | كرة طائرة + ملعب كرة طائرة | <p><b>إحضار الطلاب إلى الملعب وأخذ الحضور.</b></p> <p><b>الإحماء:</b> يجري الطلاب في خطوات جانبية على حدود الملعب والوجه لداخل الملعب عند سماع الصفارة يغير الطلاب اتجاه الجري إلى الاتجاه الجانبي العكسي ..... وهكذا.</p> <p><b>(أ) تمارين الإطالة والمرونة:</b></p> <p>١- ( وقوف - الذراعان عالياً - تشبيك الأصابع ) لف الكفين لأعلى مع رفع العقابين وشد الجسم</p> <p>٢- ( جلوس طولاً فتحاً ) مسك المشطين والثبات لمدة (٣ث).</p> <p><b>(ب) تمارين الإعداد العام:</b></p> <p>١- ( جثو أقصى ) تبادل لف الجذع جانباً مع قذف الذراع جانباً.</p> <p>٢- ( وقوف فتحاً - الذراعان عالياً ) تبادل ثني الجذع جانباً .</p> <p><b>(ج) تمارين الإعداد البدني الخاص:</b></p> <p>١- ( وقوف - ثبات الوسط ) الوثب في المكان .</p> <p>٢- ( وقوف فتحاً - الذراعان جانباً ) ثني الجذع أماماً أسفل تبادل لمس المشطين .</p> <p>٣- ( وقوف - انثناء عرضاً ) مد الذراعين جانباً .</p> |       | الإداري     |
|                             |                            | <p>توزيع الطلاب إلى مجموعتين .</p> <p>تطبيق المهارات السابقة أثناء الممارسة :مثل :-</p> <p>١ - الاستقبال بالساعدين .</p> <p>٢ - حائط الصد .</p>  |       | التهيدي     |
|                             |                            | <p>( وقوف ) مرجحة الذراعين أماماً عالياً.</p>  |       | الرئيسي     |
|                             |                            |  |       | الختامي     |