

فيما يلي تصميم وبناء الخطة السنوية للتربية البدنية والرياضية في الطور الأول (1-2)

ابتدائي) وفق ميادين:

(الحركات القاعدية – الوضعيات والتنقلات – البناء والهيكلية) مع تحديد

أولاً: الكفاءة الشاملة للطور الأول

"يكون المتعلم قادرًا على توظيف حركاته الأساسية والتكيف مع وضعيات حركية بسيطة ومتنوعة داخل فضاءات منظمة، مع التحكم في جسمه واحترام التعليمات والقواعد".

ثانياً: الميادين (الدور – المهام – الكفاءة الختامية – مؤشرات النجاح)

1. ميدان الحركات القاعدية

◆ الدور:

• بناء الأساس الحركي العام للطفل

◆ المهام:

- تنمية الحركات الأساسية: (الجري، القفز، الرمي، الالتقاط)
- تحسين التوازن والتوافق
- التحكم في أجزاء الجسم

◆ الكفاءة الختامية:

"يكون المتعلم قادرًا على إنجاز الحركات الأساسية (جري، قفز، رمي) بتناسق وتوازن في وضعيات بسيطة".

◆ الأنشطة الرياضية:

- سباقات الجري القصيرة
- ألعاب القفز (أطواق، حواجز صغيرة)
- ألعاب الرمي والالتقاط (كرات خفيفة)

◆ مؤشرات النجاح:

- يجري دون تعثر وباتجاه محدد
- يقفز داخل/فوق هدف معين
- يرمي الكرة نحو هدف قريب
- يلتقط الكرة بثبات نسبي
- يحافظ على توازنه بعد الحركة

الخطة الفصلية في التربية البدنية والرياضية (الطور الأول: السنة 1 و2 ابتدائي) وفق ميدان الحركات القاعدية، مع احترام تسلسل الوضعيات التعليمية (من المشكلة إلى التقويم).

### ◆ أولاً: السنة الأولى ابتدائي

#### 🎯 الكفاءة الشاملة:

تنمية الحركات القاعدية الأساسية (المشي، الجري، القفز، الزحف، الرمي...) في وضعيات بسيطة وآمنة.

#### 🎯 الكفاءة الختامية:

القدرة على التنقل والتحكم في الجسم باستعمال الحركات القاعدية في وضعيات متنوعة.

### 📋 الخطة الفصلية (السنة الأولى)

المرحلة	الوضعية التعليمية	المحتوى / النشاط	الهدف التعليمي	مؤشرات النجاح
1	وضعية مشكلة انطلاقية	"الوصول إلى الكنز": تجاوز مسار (مشي، جري، قفز فوق خطوط)	إثارة الدافعية واكتشاف قدرات التلميذ	يشارك، يحاول تجاوز العوائق
2	وضعية تعليمية بسيطة	-المشي في اتجاهات مختلفة - الجري الخفيف - القفز في المكان	تعلم الحركات الأساسية بشكل منفصل	يتحكم في الحركة، يحترم المسار
3	وضعية تعلم الإدماج	مسار حركي بسيط (مشي + جري + قفز)	دمج الحركات القاعدية	ينجز المسار بتسلسل صحيح
4	وضعية إدماج مركبة	مسار مع عوائق (قفز + زحف + توازن)	تنويع الحركات والتكيف مع الوسط	يغير وضعيته حسب العائق
5	وضعية مشكلة تقويمية	"سباق المغامرة": مسار كامل مع تحديات	تقييم التحكم في الحركات القاعدية	ينجز المسار باستقلالية ونجاح

## ◆ثانياً: السنة الثانية ابتدائي

### 🎯الكفاءة الشاملة:

تطوير التحكم والتنسيق في الحركات القاعدية في وضعيات أكثر تعقيداً.

### 🎯الكفاءة الختامية:

القدرة على ربط الحركات القاعدية والتكيف مع وضعيات متنوعة (سرعة، اتجاه، عوائق).

## 📋الخطة الفصلية (السنة الثانية)

المرحلة	الوضعية التعليمية	المحتوى / النشاط	الهدف التعليمي	مؤشرات النجاح
1	وضعية مشكلة انطلاقية	"الهروب من الغابة": التنقل بسرعة مع تغيير الاتجاه وتجاوز عوائق	تشخيص المستوى الحركي	يغير الاتجاه، يتفادى العوائق
2	وضعية تعليمية بسيطة	-الجري مع تغيير الاتجاه - القفز لمسافات مختلفة - الرمي نحو هدف	تحسين الدقة والتنوع الحركي	يتحكم في السرعة والدقة
3	وضعية تعلم الإدماج	مسار (جري + قفز + رمي)	ربط الحركات في سلسلة	ينجز التتابع بدون توقف
4	وضعية إدماج مركبة	مسار مع قرارات (اختيار طريقة المرور: قفز/زحف/دوران)	تطوير التكيف واتخاذ القرار	يختار المناسب للوضعية
5	وضعية مشكلة تقويمية	"التحدي الكبير": مسار مركب بزمان محدد	تقييم الأداء الحركي المركب	ينجز بسرعة ودقة وتنظيم

## ◆ملاحظات بيداغوجية مهمة (من منظور علوم الحركة):

- التدرج ضروري: من الحركات البسيطة → المركبة → التكيفية
- التنوع الحسي-الحركي: استعمال (فضاء، أدوات، زملاء)
- التركيز على:
  - التوازن
  - التوجيه الحركي
  - التوافق
- التقويم يكون:
  - مستمر (خلال الوضعيات)
  - نهائي (الوضعية المشكلة التقويمية)

اليك تصميمًا كاملاً للخطة الفصلية للتربية البدنية والرياضية (الطور الأول: السنة 1 و2 ابتدائي) وفق ميدان: الوضعيات والتنقلات، مع احترام التسلسل البيداغوجي للوضعيات التعليمية.

### ◆ أولاً: السنة الأولى ابتدائي

#### 🎯 الكفاءة الشاملة:

التحكم في الوضعيات الجسمية الأساسية والتنقلات البسيطة في الفضاء.

#### 🎯 الكفاءة الختامية:

القدرة على الانتقال بين وضعيات بسيطة (وقوف، جلوس، زحف...) والتنقل بشكل آمن.

### 📋 الخطة الفصلية (السنة الأولى)

المرحلة	الوضعية التعليمية	النشاط المقترح	الهدف التعليمي	مؤشرات النجاح
1	وضعية مشكلة انطلاقية	"اللعب في الحديقة": التنقل بحرية (مشي، جلوس، زحف)	اكتشاف الوضعيات والتنقلات	يغير وضعيته أثناء اللعب
2	وضعيات تعلمية بسيطة	- الانتقال (وقوف ← جلوس) - الزحف - المشي في مسار	تعلم الوضعيات الأساسية	يتحكم في جسمه أثناء الانتقال
3	وضعية تعلم الإدماج	مسار بسيط (وقوف → زحف → مشي)	ربط الوضعيات والتنقل	ينجز التسلسل بشكل صحيح
4	وضعية إدماج مركبة	مسار مع عوائق (مرور تحت/فوق، توازن بسيط)	التكيف مع وضعيات متنوعة	يغير وضعيته حسب العائق
5	وضعية مشكلة تقويمية	"مسار المغامرة": تنقل بوضعيات مختلفة	تقييم التحكم الحركي	ينجز المسار باستقلالية نسبية

## ◆ثانياً: السنة الثانية ابتدائي

### 🎯الكفاءة الشاملة:

تطوير التحكم في الوضعيات والتنقلات مع تحسين التوازن والتنسيق.

### 🎯الكفاءة الختامية:

القدرة على التنقل في وضعيات مختلفة مع تغيير الاتجاه والحفاظ على التوازن.

## 📌الخطة الفصلية (السنة الثانية)

المرحلة	الوضعية التعليمية	النشاط المقترح	الهدف التعليمي	مؤشرات النجاح
1 ●	وضعية مشكلة انطلاقية	"الهروب من العوائق": التنقل مع تغيير الاتجاه وتقادي حواجز	تشخيص القدرات الحركية	يغير الاتجاه ويتقادي العوائق
2 □	وضعيات تعلمية بسيطة	-الانتقال السريع بين وضعيات - التوازن أثناء المشي - التنقل الجانبي	تحسين التحكم الحركي	يحافظ على التوازن أثناء الحركة
3 □	وضعية تعلم الإدماج	مسار (مشي + زحف + تغيير اتجاه)	ربط الوضعيات والتنقلات	ينجز بسلاسة
4 ●	وضعية إدماج مركبة	مسار مع اختيارات (المرور فوق/تحت/حول)	التكيف واتخاذ القرار	يختار الطريقة المناسبة
5 ●	وضعية مشكلة تقويمية	"التحدي الحركي": مسار متنوع بزمان بسيط	تقييم الأداء الحركي	ينجز بسرعة وتوازن

## ◆التحليل البيداغوجي للتدرج (في الطور الأول):

السنة	طبيعة التعلم	الخصائص الحركية
1 ابتدائي	اكتشاف الوضعيات	تحكم أولي في الجسم
2 ابتدائي	تطوير التنقل	توازن + اتجاه + تنسيق

## ◆ملاحظات علمية (وفق علوم الحركة):

- في هذا الميدان يتم التركيز على:
  - التوازن (أساس كل وضعية)
  - التوجيه الحركي (اتجاه الحركة)
  - التوافق (تنسيق بين الأطراف)

- التدرج البيداغوجي:
  - من وضعيات ثابتة → وضعيات متحركة
  - من تنقل بسيط → تنقل موجه
  - من تنفيذ → تكيف → اختيار
- دور الأستاذ:
  - تنظيم الفضاء (مسارات، عوائق)
  - ضمان الأمن
  - ملاحظة الأداء وتصحيحه

### ◆ خلاصة:

هذه الخطة تضمن:

- بناء الأساس الحركي في السنة الأولى
- تطوير التنسيق والتوازن واتخاذ القرار في السنة الثانية

سأقدم لك تصميمًا منهجيًا للخطة الفصلية للتربية البدنية والرياضية (الطور الأول: السنة 1 و2 ابتدائي) وفق ميدان: البناء والهيكلية، مع احترام تسلسل الوضعيات التعليمية من الانطلاق إلى التقويم.

◆ ميدان البناء والهيكلية يركّز على:

تنمية الإدراك الجسمي، التنظيم الفضائي، التوازن، التحكم في الجسم، وبناء المخطط الجسمي.

◆ أولاً: السنة الأولى ابتدائي

🎯 الكفاءة الشاملة:

اكتشاف الجسم وتنظيمه في الفضاء من خلال وضعيات بسيطة ومتنوعة.

🎯 الكفاءة الختامية:

القدرة على التحكم في الجسم واتخاذ وضعيات مختلفة مع إدراك بسيط للفضاء.

📌 الخطة الفصلية (السنة الأولى)

المرحلة	الوضعية التعليمية	النشاط المقترح	الهدف التعليمي	مؤشرات النجاح
1	وضعية انطلاقية	"أين جسمي؟": تقليد وضعيات (واقف، جالس، ممدد، منكمش)	اكتشاف أجزاء الجسم ووضعياته	يميز ويقلد وضعيات مختلفة
2	وضعية تعليمية بسيطة	- التعرف على أجزاء الجسم - وضعيات (انكماش/امتداد) - التوازن البسيط	بناء المخطط الجسمي	يتحكم في وضعيات جسمه
3	وضعية تعلم الإدماج	سلسلة وضعيات (وقوف → انكماش → امتداد)	ربط الوضعيات الجسمية	ينجز التسلسل بشكل صحيح
4	وضعية مركبة إدماج	مسار (توازن + دوران + تغيير وضعية)	التكيف مع الفضاء	يحافظ على التوازن أثناء التغيير
5	وضعية تقويمية	"العبة التماثيل": تغيير وضعيات حسب الإشارة	تقييم التحكم الجسمي	يستجيب بسرعة ويثبت الوضعية

## ◆ثانياً: السنة الثانية ابتدائي

### 🎯الكفاءة الشاملة:

تطوير التحكم في الجسم وتنظيمه في الفضاء مع إدراك العلاقات المكانية.

### 🎯الكفاءة الختامية:

القدرة على تنظيم الجسم في وضعيات متنوعة مع التحكم في التوازن والاتجاه.

### 📋الخطة الفصلية (السنة الثانية)

المرحلة	الوضعية التعليمية	النشاط المقترح	الهدف التعليمي	مؤشرات النجاح
1	وضعية مشكلة انطلاقية	"اتبع القائد": تقليد وضعيات مركبة مع اتجاهات (يمين/يسار)	تشخيص الإدراك الجسمي والفضائي	يميز الاتجاهات ويقلد الوضعيات
2	وضعية تعليمية بسيطة	-توازن ثابت وديناميكي - دوران الجسم - تحديد (يمين/يسار، أمام/خلف)	تطوير التنظيم الفضائي	يتحكم في الاتجاه والتوازن
3	وضعية تعلم الإدماج	سلسلة (دوران + توازن + انكماش/امتداد)	دمج الوضعيات في تسلسل	أداء متناسق
4	وضعية إدماج مركبة	مسار مع قرارات (اختيار وضعية حسب إشارة)	التكيف + اتخاذ القرار	يختار الوضعية المناسبة
5	وضعية مشكلة تقويمية	"التحدي الجسمي": وضعيات مركبة مع تغيير سريع	تقييم التحكم الجسمي والفضائي	سرعة + دقة + توازن

## ◆ التحليل البيداغوجي للتدرج:

السنة	طبيعة التعلم	الخصائص
1 ابتدائي	اكتشاف الجسم	إدراك بسيط + تحكم أولي
2 ابتدائي	تنظيم الجسم	توازن + اتجاه + تنسيق

## ◆ ملاحظات علمية (علوم الحركة):

- ميدان البناء والهيكلة يعتمد على:
  - المخطط الجسمي (Body Schema)
  - الإدراك الفضائي (Spatial Awareness)
  - التوازن (Balance)
- التدرج:
  - من إدراك الجسم → تنظيم الجسم → التحكم فيه
  - دور الأستاذ:
    - استعمال إشارات بصرية وسمعية
    - التنوع في الوضعيات (فردية/ثنائية/جماعية)
    - ضمان الأمن خاصة في وضعيات التوازن

## ◆ خلاصة:

- السنة الأولى: بناء الوعي بالجسم
- السنة الثانية: تنظيم الجسم في الفضاء واتخاذ القرار البسيط