



الخطة الفصلية للعام الأكاديمي 2025-2026 م

المادة: التربية البدنية في المدارس الابتدائية

المستوى: الصف الأول

الفصل الدراسي: الثاني

ال الموضوع / السياق التعليمي	النموذج التعليمي	كفايات التربية البدنية	نواتج التعلم	الوحدة	الأسبوع	الشهر
القصة الحركية في التربية الحركية و التمرينات التمثيلية في التربية الحركية	التنمية الحركية	الكافية الحركية	<p>1.1.2 (KG-3) G يؤدون مهارات الاتزان والتنقل ومهارات المعالجة الأساسية باستخدام أجزاء الجسم المختلفة.</p> <p>1.1.3 (KG-3) G يظهرون الوعي أي جزء من أجزاء الجسم يتحرك وبأي اتجاه.</p> <p>1.2.1 (KG-3) G يتذكرون ويساركون في أنشطة بأدوات أو بدونها مظهرين فهماً لكيفية تحرك الجسم وأين؛ ومع من أو مع ماذا يتحرك.</p> <p>3.3.1 (KG-3) G يقدرون أدائهم وأداء الآخرين من خلال مقارنة مستوياتهم السابقة مع الحالية.</p>	<p>الرابعة/ ♦ أتحرك بخفقتك! المهارات الانتقالية المتقدمة <u>(لتطوير ما تم اكتسابه في الفصل الأول)</u></p> <p>1. الجري مع تغيير الاتجاه: • جري متعرج • جري على خطوط مختلفة • جري + توقف + انعطاف 90 درجة</p> <p>2. القفز المتسلسل • قفزة عالية → قفزة منخفضة • قفزات متتابعة على الحلقات • قفزات مع تغيير الاتجاه</p> <p>3. التنقل من أوضاع مختلفة</p>	<p>من 2026-01-05 إلى 2026-01-08</p> <p>من 2026-01-11 إلى 2026-01-15</p>	يناير 2026



			<ul style="list-style-type: none"> التحرك مع الانحناء التحرك للأعلى/للأسفل المشي والجري بتغيير مستوى الجسم 		
	الكافية الحركية	<p>1.1.2 (KG-3) G يؤدون مهارات الاتزان والتنقل ومهارات المعالجة الأساسية باستخدام أجزاء الجسم المختلفة.</p> <p>1.1.3 (KG-3) G يظهرون الوعي أي جزء من أجزاء الجسم يتحرك وبأي اتجاه.</p> <p>1.2.1 (KG-3) G يتذكرون ويساركون في أنشطة بأدوات أو بدورها مظاهرين فهماً لكيفية تحرك الجسم وأين؛ ومع من أو مع ماذا يتحرك.</p>	<p>الخامسة/♦ أتنز وأتوازن المهارات الحركية غير الانتقالية</p> <p>4. التوازن على قدم واحدة</p> <p>التوازن أثناء الحركة البطيئة</p> <p>نقل الوزن من قدم لأخرى</p> <p>دوران مع استعادة التوازن.</p>	<p>من 18-01-2026 إلى 22-01-2026</p>	
	إدارة المخاطر والسلامة في بيئات الحركة	<p>2.3.1 (KG-3) G يُظهرون الاحترام للقواعد الأساسية وللآخرين ولإجراءات السلامة لتفادي التعرض للمخاطر مثل الحوادث؛</p> <p>2.3.2 (KG-3) G يعرفون كيفية تأدية الإحماء والتهيئة عند ممارسة النشاط؛</p>	<p>5. الدوران والالتفاف</p> <p>ربع دائرة</p> <p>نص دائرة</p> <p>دائرة كاملة</p> <p>دوران مع توازن ثابت في النهاية</p>	<p>من 01-02-2026 إلى 05-02-2026</p>	فبراير 2026
			<p>6. الانحناء والتتمدد</p>	<p>من 08-02-2026 إلى 12-02-2026</p>	



<p>القصة الحركية في التربية الحركية</p>	<p>التربية الحركية</p>		<p>الانحناء الأمامي/الجانبي تمدد الذراعين لأعلى وللأمام أشكال الجسم (طويل: المرور مع ليس عالمة مرتفعة - قصير: المرور من أسفل عارضة - عريض: المرور ملئ حيز - ضيق: المرور في النفق).</p>	<p>من 15-02-2026 إلى 19-02-2026</p>	
<p>و التمرينات التمثيلية في التربية الحركية</p>	<p>التنمية الحركية</p>	<p>تمرين النشاط البدني</p> <p>النشاط البدني للصحة والرفاه</p>	<p>2.1.1 (KG-3) G يدركون المواقف والفرص لتعزيز الصحة والرفاه؛ 2.1.2 (KG-3) G يستكشفون الرسائل الصحية وكيفية ارتباطها بالقرارات والسلوكيات الصحية؛ 2.2.1 (KG-3) G يستخدمون التعريفات والمصطلحات الأساسية لوصف تطورهم البدني، وتأثير ممارسة النشاط البدني على أجسادهم؛ 2.2.3 (KG-3) G يقدرون الممارسات السليمة الأخرى (مثلاً الراحة والتغذية) ويربطونها بالصحة والرفاه؛ 2.2.4 (KG-3) G قادرون على التغلب على المشاعر السلبية.</p>	<p>السادسة/ ♦ صحي في رمضان شهر رمضان المبارك</p> <p>محتوى معرفي مقترح كيف أحافظ على صحي في رمضان؟ نصائح النشاط البدني الخفيف الماء - النوم - التغذية بعد الإفطار</p>	
				<p>من 22-02-2026 إلى 26-02-2026</p> <p>من 01-03-2026 إلى 05-03-2026</p> <p>من 08-03-2026 إلى 12-03-2026</p>	
<p>إجازة رمضان + إجازة عيد الفطر المبارك</p>				<p>من 15-03-2026 إلى 19-03-2026</p>	
<p>الاختبار العملي لمنتصف الفصل الدراسي الثاني لمادة التربية البدنية</p>				<p>من 22-03-2026 إلى 26-03-2026</p>	



<p>اختبارات المواد (أنشطة بدنية ترويحية)</p>				<p>من 29-03-2026 إلى 02-04-2026</p>		
<p>اختبارات المواد (أنشطة بدنية ترويحية) + إجازة نهاية أسبوع مطولة</p>				<p>من 05-04-2026 إلى 09-04-2026</p>		
<p>القصة الحركية في التربية الحركية و التمرينات المتمثيلية في التربية الحركية</p>	<p>التربية الحركية</p>	<p>الكافية الحركية</p>	<p>مهارات الرياضية</p>	<p>السابعة/♦ أمسك... أرمي... أتحكم!</p> <p>مهارات المعالجة والتناول</p> <p>الرمي</p> <p>رمي الكرة/أداة لمسافة قصيرة</p> <p>رمي باتجاه هدف</p> <p>رمي من أسفل</p> <p>الالتقاط</p> <p>التقاط كرة/أداة (حجم كبير)</p> <p>بيدين</p> <p>التقاط من ارتداد بسيط</p> <p>الدحرجة</p> <p>دحرجة الكرة نحو هدف محدد</p> <p>دحرجة ضمن مسابقات بسيطة</p> <p>الركل</p>	<p>من 12-04-2026 إلى 16-04-2026</p> <p>من 19-04-2026 إلى 23-04-2026</p> <p>من 26-04-2026 إلى 30-04-2026</p> <p>من 03-05-2026 إلى 07-05-2026</p> <p>من 10-05-2026 إلى 14-05-2026</p>	<p>أبريل 2026</p> <p>مايو 2026</p>
				<p>1.1.2 KG-3) يؤدون مهارات الاتزان والتنقل ومهارات المعالجة الأساسية باستخدام أجزاء الجسم المختلفة.</p> <p>1.1.3 KG-3) يظهرون الوعي أي جزء من أجزاء الجسم يتحرك وبأي اتجاه.</p>		
				<p>1.2.1 KG-3) يتذكرون ويشاركون في أنشطة بأدوات أو بدورها مظهرين فهماً لكيفية تحرك الجسم وأين: ومع من أو مع ماذا يتحرك.</p>		
				<p>3.2.1 KG-3) يشاركون في مجموعات تعاونية عند ممارسة الأنشطة البدنية.</p>		
				<p>3.2.2 KG-3) يطهرون لغتهم الأساسية باستخدام مفردات وكلمات أكثر ملائمة لتحسين شخصياتهم.</p>		
				<p>3.2.3 KG-3) يشاركون الآخرين في المشاعر المضادة ويعاملون معها.</p>		



				<ul style="list-style-type: none">ركل الكرة من الثباتركل الكرة الثابتة نحو هدف		
				إجازة عيد الأضحى المبارك	2026-05-17 من 2026-05-21 إلى	
				الاختبار العملي لنهاية الفصل الدراسي الثاني لمادة التربية البدنية	2026-05-24 من 2026-05-28 إلى	

ملاحظات:

كفايات الإطار العام للمنهاج الوطني يتم تحقيقها ضمنياً من خلال كفايات التربية البدنية.