

إدارة التوجيه التربوي قسم التربية الرياضية	نموذج الخطة الفصلية	وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي Ministry of Education and Higher Education دولة قطر • State of Qatar
---	---------------------	---

## الخطة الفصلية للعام الأكاديمي 2025-2026 م

المادة: التربية البدنية في المدارس الابتدائية

المستوى: الصف الخامس

الفصل الدراسي: الثاني

الشهر	الأسبوع	الوحدة	نواتج التعلم	كفايات التربية البدنية	النموذج التعليمي	الموضوع / السياق التعليمي
يناير 2026	من 2026-01-05 إلى 2026-01-08	<p><b>الرابعة/ تلعب بذكاء... ونهاجم</b></p> <p>(تطوير المهارات المركبة والانتقال للعب الموجّه)</p> <p>الانتقال من (أطبق مهارات) إلى (أدمج مهارات في مواقف لعب + اتخاذ قرار)</p> <p>(الأسبوع الأول والثاني يرفعان تطبيق المبادئ الهجومية من مهارات منفصلة إلى حلول تكتيكية داخل اللعب، بينما الأسبوع الثالث ينقل المتعلم من "تنفيذ" إلى "اختيار واع للحل المناسب") (الأسبوع الرابع يعزز المبادئ الدفاعية كتنظيم وفهم تمرکز، والأسبوع الخامس يرفعها إلى قراءة لعب وتوقيت تدخل أكثر ذكاء)</p> <p>1. مبادئ الهجوم:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>الاختراق + المساندة – الدعم (التقدم المثالي نحو الهدف + إنشاء زوايا تمرير فعالة)</li> <li>3vs2 مع تحديد وقت اتخاذ القرار 3 ثوانٍ</li> </ul>	<p>1.3.1 (4-6) G يختارون ويجمعون بين المهارات الحركية المناسبة والمبادئ التركيبية (الاستراتيجية والخطية) ومبادئ الهجوم والدفاع.</p> <p>1.3.2 (4-6) G يتعرفون على نقاط القوة والضعف في الأداء ويستخدمون التغذية الراجعة والمصطلحات المناسبة لتعزيز نقاط القوة والتغلب على نقاط الضعف؛</p> <p>1.3.3 (4-6) G يطورون التناسق والطلاقة والدقة من خلال أداء في محدد لتطوير الرشاقة والتوازن الكلي والتوافق.</p> <p>3.3.1 (4-6) G يستخدمون لغة مناسبة لإظهار تقديرهم للأداء في سياقات الحركة المختلفة.</p> <p>3.3.2 (4-6) G يراقبون تقدمهم وتقدم الآخرين أثناء التعلم وإجراء التعديلات اللازمة.</p> <p>3.3.3 (4-6) G يستخدمون التغذية الراجعة بطريقة إيجابية وبناءة تراعي مشاعر الآخرين.</p>	الكفاية الحركية	تعليم الألعاب من أجل الفهم TGfU	ألعاب هجومية - كرة قدم أو ألعاب هجومية - كرة يد أو ألعاب هجومية - كرة سلة

رمز النموذج: ES-ESP-P3-F1	رقم الإصدار: 1	تاريخ الإصدار: 03-06-2024	التصنيف: داخلي	الصفحة 1 من 7
---------------------------	----------------	---------------------------	----------------	---------------

إدارة التوجيه التربوي قسم التربية الرياضية	نموذج الخطة الفصلية	وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي Ministry of Education and Higher Education دولة قطر • State of Qatar
---	---------------------	---

				2. مبادئ الهجوم: <ul style="list-style-type: none"> <li>الانتشار + الحركة لخلق مساحات (توسيع مجال اللعب + جذب المدافع وتحرير زميل)</li> <li>يمين-وسط- Zone offence: 3vs3 (يسار switch play +)</li> </ul>	من 2026-01-11 إلى 2026-01-15	
				3. مبادئ الهجوم: <ul style="list-style-type: none"> <li>الابداع والارتجال (اختيار الحل الأنسب من عدة خيارات هجومية متاحة)</li> <li>تمرير / مراوغة / تغيير اتجاه / تسديد</li> </ul>	من 2026-01-18 إلى 2026-01-22	
				4. مبادئ الدفاع: <ul style="list-style-type: none"> <li>تأخير اللعب + التغطية + التمركز (تقليل فرص التقدم الهجومي + دعم المدافع الأول + حماية المسار للمرمى)</li> <li>(مدافع أول يؤخر، الثاني يغطي، الثالث يحيي المسار)</li> </ul>	من 2026-01-25 إلى 2026-01-29	
				5. مبادئ الدفاع: <ul style="list-style-type: none"> <li>التوازن الدفاعي + الصبر (التحرك الدفاعي كوحدة واحدة + اختيار لحظة قطع الكرة بنكاء)</li> <li>دفاع المنطقة مع الضغط فقط عند فرصة قطع واضحة</li> </ul>	من 2026-02-01 إلى 2026-02-05	
				شكل اللعب: لعبة <ul style="list-style-type: none"> <li>6 vs 4 (4 دقائق هجوم + 6 دفاع ) مهاري تكتيكي</li> <li>ما يتم قياسه: اتخاذ قرار هجومي + خلق مساحة + تموضع دفاعي + توقيت التدخل</li> </ul>	من 2026-02-08 إلى 2026-02-12	فبراير 2026

الصفحة 2 من 7	التصنيف: داخلي	تاريخ الإصدار: 03-06-2024	رقم الإصدار: 1	رمز النموذج: ES-ESP-P3-F1
---------------	----------------	---------------------------	----------------	---------------------------

تعليم وتعزيز مبادئ اللياقة البدنية	اللياقة البدنية وتعزيز الصحة	تثمين النشاط البدني النشاط البدني للصحة والرفاه	2.1.1 G (4-6) يخططون ويطبقون استراتيجيات لتعزيز الصحة والرفاه؛ 2.1.4 G (4-6) يطورون اتجاهات إيجابية نحو المشاركة الاجتماعية في النشاط البدني المنتظم ويظهرون الحماس للمشاركة في الاحتفالات والأحداث الرياضية؛ 2.1.5 G (4-6) يشرحون ويلتزمون بعناصر الحياة الصحية النشطة.	الخامسة/ صحي... أراقبها وأطورها	من 2026-02-15 إلى 2026-02-19 بدء شهر رمضان المبارك
			2.2.1 G (4-6) يشاركون في الأنشطة البدنية المصممة لتحسين مستوى اللياقة البدنية والصحة؛ 2.2.2 G (4-6) يطورون خطة للمشاركة ويستكشفون أثر النشاط المنتظم على اللياقة البدنية والصحة والرفاه؛ 2.2.3 G (4-6) يشرحون الطرق المختلفة التي يمكن للأفراد من خلالها أن يسهموا في رفاه مجتمعاتهم.	أنا أتحرك... وألاحظ جسمي” المحتوى: إحماء + نشاط لياقة بسيط (جري خفيف + تغيير اتجاه) قياس نبض قبل النشاط وبعده (ورقة تسجيل صغيرة) مناقشة بسيطة: ماذا تغير في جسدي؟ (تنفس-حرارة-تعب-نشاط) التركيز: ■ يستنتج الطالب أثر النشاط البدني على الجسم من خلال تجربة مباشرة	من 2026-02-22 إلى 2026-02-26 شهر رمضان المبارك

إدارة التوجيه التربوي قسم التربية الرياضية	نموذج الخطة الفصلية	وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي Ministry of Education and Higher Education دولة قطر • State of Qatar
---	---------------------	---

مارس 2026	من 2026-03-01 إلى 2026-03-05 شهر رمضان المبارك	<p>“الماء والطاقة والنوم = ثلاثية التوازن الرمضاني”</p> <p>المحتوى:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>تأثير شرب الماء على الأداء والنشاط</li> <li>النوم المبكر وتأثيره على التركيز والطاقة</li> <li>عادات صحية في رمضان</li> <li>شرب ماء + تحرك 10 دقائق بعد الإفطار لمدة 3 أيام</li> </ul> <p>التركيز:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>تبني عادة صحية بسيطة خلال رمضان ومعرفة أثرها.</li> </ul>
		<p>“خياراتي الصحية... أجرب ثم أقيم”</p> <p>المحتوى:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>مقارنة نمطين من يوم رمضاني (صحي vs مرهق)</li> <li>أداة تقييم ذاتية: هل اتبعت عاداتي الصحية؟ لماذا؟</li> <li>مناقشة داخل الدفتر: ما الذي ساعدني/عرقلني؟</li> </ul> <p>التركيز:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>يقيم التزامه بعاداته الصحية ويبرر اختياره بالسبب</li> </ul>
	من 2026-03-15 إلى 2026-03-19	إجازة رمضان + إجازة عيد الفطر المبارك
	من 2026-03-22 إلى 2026-03-26	الاختبار العملي لمنتصف الفصل الدراسي الثاني لمادة التربية البدنية
	من 2026-03-29 إلى 2026-04-02	اختبارات المواد (أنشطة بدنية ترويجية)

الصفحة 4 من 7	التصنيف: داخلي	تاريخ الإصدار: 03-06-2024	رقم الإصدار: 1	رمز النموذج: ES-ESP-P3-F1
---------------	----------------	---------------------------	----------------	---------------------------

إدارة التوجيه التربوي قسم التربية الرياضية	نموذج الخطة الفصلية	وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي Ministry of Education and Higher Education دولة قطر - State of Qatar
---	---------------------	---

اختبارات المواد (أنشطة بدنية ترويحية) + إجازة نهاية أسبوع مطولة					من 2026-04-05 إلى 2026-04-09	أبريل 2026
موسم رياضي تعليمي - كرة قدم أو موسم رياضي تعليمي - كرة يد أو موسم رياضي تعليمي - كرة سلة أو	التربية الرياضية	ممارسة الرياضة	<p>3.1.1 G (4-6) يشاركون في الأنشطة البدنية من ثقافتهم وثقافات الآخرين، ويكتشفون كيف تؤدي المشاركة إلى إيجاد ترابط مجتمعي وتفاهم بين الثقافات.</p> <p>3.1.2 G (4-6) يُظهرون الاحترام والتسامح ويقدرون ثقافتهم وثقافات وقيم ومعتقدات الآخرين.</p> <p>3.1.3 G (4-6) يطورون ويطبقون استراتيجيات لمواجهة التغيرات الشخصية والاجتماعية.</p> <p>3.1.4 G (4-6) يمارسون المهارات لبناء العلاقات وإدارتها.</p> <p>3.1.5 G (4-6) يبادرون بأخذ أدوار مختلفة تتعدى مشاركتهم النشطة.</p> <p>3.2.1 G (4-6) يشاركون بصورة إيجابية وعادلة في منافسات الأفراد والفرق من خلال تشجيع الآخرين والتفاوض على الأدوار والمسؤوليات؛</p> <p>3.2.2 G (4-6) يقومون بإدارة وحل النزاعات بطريقة بناءة من خلال تعلم كيفية مشاركة الفوز وتقبل الخسارة</p> <p>3.2.3 G (4-6) يتمسكون برأيهم بأدب ويتفاوضون ويتبنون مواقف: "المكسب للجميع";</p> <p>3.2.4 G (4-6) يشاركون في صنع القرار الديمقراطي ضمن مجموعات وفرق مع الاهتمام بمواقف وأساليب التواصل المختلفة.</p> <p>2.3.1 G (4-6) يخططون ويطبقون استراتيجيات لتعزيز السلامة.</p> <p>2.3.2 G (4-6) يوظفون المعرفة بالمخاطر المحتملة بصورة ملائمة.</p> <p>2.3.3 G (4-6) يحترمون مبادئ الصحة وقواعد النظافة.</p>	<p><b>السادسة/ نلعب بأمان... ونقود الفريق بحكمة</b></p> <p>أحل مو اقف اللعب بوعي... و أتحمل مسؤولية قراري (يتطور المتعلم من التطبيق إلى التحليل، فيتخذ قرارات أنسب داخل الموقف، ويدير سلوكه باحترام الفريق واللعبة، مع قدرة أولية على تعديل السلوك)</p> <p>أنا لاعب مسؤول... أتخذ قرارًا آمنًا</p> <p>المحتوى التعليمي المقترح:</p> <p>محطات لعب مع مواقف مخاطر محتملة (ازدحام / سرعة / أداة ساقطة) ويختار الطالب الإجراء الصحيح</p> <p>التركيز:</p> <p>يميز الموقف الخطر ويختار استجابة آمنة مناسبة</p> <p>فريقي يلعب... وأنا أسانده</p> <p>المحتوى التعليمي المقترح:</p> <p>لعب مصغر 3vs3 / 4vs4 مع توزيع أدوار (منظم أدوات - مراقب مساحة - قائد تهدئة - متحدث الفريق)</p> <p>التركيز:</p>	من 2026-04-12 إلى 2026-04-16	
		إدارة المخاطر والسلامة في بيئات الحركة			من 2026-04-19 إلى 2026-04-23	

الصفحة 5 من 7	التصنيف: داخلي	تاريخ الإصدار: 03-06-2024	رقم الإصدار: 1	رمز النموذج: ES-ESP-P3-F1
---------------	----------------	---------------------------	----------------	---------------------------

موسم رياضي تعليمي - كرة طائرة			<p>2.3.4 G (4-6) يتعرفون ويطبقون الإجراءات المناسبة في الحوادث والحالات الحرجة الأخرى:</p> <p>2.3.5 G (4-6) يتعرفون على طرق السلامة والإجراءات المتبعة في سياقات الأنشطة المختلفة بما في ذلك الملابس المناسبة.</p> <p>2.3.6 G (4-6) يستخدمون معدات وأجهزة التربية البدنية بصورة آمنة ومستولة.</p> <p>2.3.7 G (4-6) يطبقون قواعد الأمن والسلامة عند حمل الأدوات والتعامل معها.</p> <p>2.3.8 G (4-6) يستخدمون معدات الحماية الشخصية كما هو مطلوب.</p>	<p>■ يشارك داخل اللعب من خلال دور محدد بواجب واضح</p>		
				<p>■ اللعب التنظيف... قرار وليس شعار</p> <p>المحتوى التعليمي المقترح:</p> <p>■ حالات لعب حقيقية: (خلاف على هدف - احتكاك - خروج كرة) والطلاب يناقشون ما التصرف التزيه التركيز:</p> <p>■ يحل خلافاً رياضياً دون تدخل المعلم باستخدام حوار عادل</p>	<p>من 2026-04-26 إلى 2026-04-30</p>	
				<p>توازن بين الفوز والمتعة</p> <p>المحتوى التعليمي المقترح:</p> <p>■ دوري مبسط Round Games مع تشجيع "اللعب التنظيف &gt; النتيجة"</p> <p>■ إضافة نقاط إضافية للسلوك القبيح وليس فقط للأهداف التركيز:</p> <p>■ يوازن بين الرغبة في الفوز وبين احترام الفريق الآخر</p>	<p>من 2026-05-03 إلى 2026-05-07</p>	مايو 2026

إدارة التوجيه التربوي قسم التربية الرياضية	نموذج الخطة الفصلية	وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي Ministry of Education and Higher Education دولة قطر • State of Qatar
---	---------------------	---

				<p>نجاحنا جماعي... نراجع ونتطور</p> <p>المحتوى التعليمي المقترح:</p> <p>الفريق يراجع نفسه (قوة / يحتاج تطوير)</p> <p>باستخدام بسيط ثم يضع خطة تحسين سلوك</p> <p>لعب للقاء القادم</p> <p>التركيز:</p> <p>■ يقدم مقترح تحسين قيمي/سلوكي للفريق بشكل جماعي</p>	<p>من 2026-05-10</p> <p>إلى 2026-05-14</p>	
				إجازة عيد الأضحى المبارك	<p>من 2026-05-17</p> <p>إلى 2026-05-21</p>	
				<p>الاختبار العملي لنهاية الفصل الدراسي الثاني لمادة التربية البدنية</p> <p>جوانب التقييم: القيم – الأدوار – السلوك الآمن – المساندة – حل خلاف بسيط</p>	<p>من 2026-05-24</p> <p>إلى 2026-05-28</p>	

ملاحظات:

كفايات الإطار العام للمنهج الوطني يتم تحقيقها ضمناً من خلال كفايات التربية البدنية.

الصفحة 7 من 7	التصنيف: داخلي	تاريخ الإصدار: 03-06-2024	رقم الإصدار: 1	رمز النموذج: ES-ESP-P3-F1
---------------	----------------	---------------------------	----------------	---------------------------