سلطنة عمان
وزارة التربية و التعليم
المديرية العامة للتقويم التربوي



وثيقة تقويم تعلم التلاميذ
مادة الرياضة المدرسية للصفوف (١-٤)

٢٠١٣/٢٠١٢م

المحتويات

م	الموضوع	رقم الصفحة
١	المحتويات	٢
٢	تعريف المصطلحات الواردة بالوثيقة	٣-٤
٣	مقدمة	٥
٤	إرشادات مهمة في عملية التقويم	٦-٧
٥	مبادئ عامة في التقويم المستمر	٨
٦	أدوات التقويم المستمر	٩
٧	مراحل وخطوات التقويم المستمر	٩-١١
٨	التخطيط لادوات التقويم	١١-١٤
٩	الأهداف العامة والخاصة للصفوف (١-٤)	١٥-١٦
١٠	تقارير الأداء في الصفوف (١-٤)	١٧-١٨
١١	استمارات رصد الدرجات ١ استمارة نتيجة أداء التلميذ في مادة الرياضة ٢ بطاقة المتابعة المستمرة لاداءات التلاميذ ٣ كشف القياسات الحركية ٤ استمارة نتيجة أداء التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة	 ١٩ ٢٠ ٢١ ٢٢
١٢	ملحق(١) ١ توصيف القياسات الحركية للصفوف (١-٤)	٢٣-٤٦

المصطلحات

التقويم المستمر Continuous Assessment

هو التقويم المنظم خلال مسار عملية التدريس ، والذى يهدف الى تشخيص مواطن القوة والضعف في أداء المتعلمين وتحديد الصعوبات التي يواجهها كل منهم أثناء عملية التعلم ، واتخاذ ما يلزم من أساليب العلاج، ومساعدة المتعلم في التعرف على قدراته وإمكاناته واقتراح سبل ووسائل تحسينها إلى أقصى حد ممكن ، وبالتالي إصدار حكم واقعي يحدد مستوى أداء الطالب في نهاية كل صف دراسي ، كما أن هذا النوع من التقويم يسهم في الكشف عن جوانب القوة والضعف في البرنامج التعليمي(المنهج ، طرق وأساليب التدريس أداء المعلم،.. الخ) بغرض مراجعة مكوناته وتعديله وتطويره.

التقويم التكويني(البنائي) (Formative Assessment)

هو التقويم الذي يلازم عملية التدريس اليومية ، و يهدف إلى تزويد المعلم والمتعلم بنتائج الأداء باستمرار ، وذلك لتحسين العملية التعليمية ، أي أنه يستخدم لتعرف نواحي القوة والضعف ، و مدى تحقيق الأهداف ، والاستفادة من التغذية الراجعة في تعديل المسار نحو تحقيق هذه الأهداف ، وتطوير عملية التعليم .

وإجرائيا...

فإن هذا النوع من التقويم يتطلب أنشطة متعلقة بمهارات وأهداف المادة، من اجل التعرف على مستوى التلميذ/ الطالب، وإعطائه التغذية الراجعة المناسبة، بحيث يتم تعزيز جوانب القوة لديه، ومعالجة جوانب الضعف، بالطريقة المناسبة التي يراها المعلم، وفي إطار تطوير تنويع طرق التدريس، ولا يهدف لرصد الدرجة بشكل نهائي

التقويم الختامي(التجميعي) (Summative Assessment)

ويعني الحكم على مدى إحراز نواتج التعلم بهدف اتخاذ قرارات مثل نقل المتعلم إلى مستوى جديد أو تخرجه.

وإجرائيا...

فإن هذا النوع من التقويم يتطلب أنشطة تقويمية متعلقة بمهارات وأهداف المادة، من أجل رصد درجة (مستوى) الطالب فيها

تابع :المصطلحات

التقويم الذاتي:

مشاركة الطلبة في تحديد مستويات ومحكات بغرض تطبيقها على أعمالهم ، وإصدار أحكام تتعلق بمدى تحقيقهم لهذه المحكات والمستويات . وهاتان الخاصتان تمثلان عنصري أية عملية تقويم ، وبذلك يعد التقويم الذاتي أداة للانعكاس ، والتعلم ، والمراقبة الذاتية للأداء .

التقويم الجماعي / تقويم الأقران:

قيام جماعة صغيرة غير متجانسة من المتعلمين بالتعاون الفعلي لتقويم عمل أنجزه أحد أعضائها أو مجموعة أخرى ، وذلك لتحقيق هدف أو أهداف مرسومة في إطار اكتساب معرفي أو اجتماعي يعود عليهم جماعة وأفرادا بفوائد تعليمية متنوعة أفضل مما يعود عليهم من خلال تقويم المعلم لهم .

ملف أعمال الطالب :

هو عبارة عن ملف وثائقى يتم فيه حفظ نماذج من الأنشطة الصفية وأعمال الطالب المتنوعة ،التى تم تقييمها من قبل المعلم والتى تشير إلى مستوى أدائه وتوضح مدى اكتسابه للمخرجات أو أهداف التعلم، ويحفظ هذا الملف داخل الغرفة الصفية مع تحديد ملف واحد لكل طالب فى جميع المواد الدراسية ،ويعتبر هذا الملف مرجعا للمعلم ولمدير المدرسة ولولي الأمر، ولغيرهم من المتابعين لمستوى الطالب وبيان مدى تقدم تعلمه، مع ضرورة اطلاع ولى الأمر على هذا الملف مرة واحدة على الأقل شهريا .

الفحص والتدقيق :

يقصد بالفحص والتدقيق عملية المتابعة التى تتم للتأكد من التطبيق السليم لأدوات التقويم المستمر فى ضوء المعايير والمواصفات المحددة فى وثائق تقويم تعلم الطلبة للمواد الدراسية ، ومدى انعكاسها على نتائج الطلبة .

ثبات المنهجية:

إعطاء الطلبة أنشطة مناسبة ومتنوعة تلائم مستواهم ، وتعكس مخرجات التعلم المقررة .

ثبات المعيارية :

إعطاء الطلبة درجات صادقة وموضوعية ، يتم فيها مراعاة معايير توظيف كل أداة من أدوات التقويم المحددة في الوثيقة .

المقدمة :

يعد التقويم المستمر عنصرا أساسيا في العملية التعليمية التعلمية ؛ لأنه يساعد التلميذ في معرفة مدى تقدمه ، ويعرف ولي الأمر بمستوى الإنجاز الذي يحققه ابنه ، كما يزود المعلم بمعلومات مهمة حول تقدم تعلم التلميذ وتحقيقه للأهداف التعلمية أولا بأول ، مما يساعد هذا المعلم على تخطيط التدريس بطريقة أفضل تهدف إلى تحسين الناتج التعلمي ، وتحقيق جودة التعليم .

هذه الوثيقة التي بين يديك – أخي المعلم / أختي المعلمة – هي دليلك في كيفية التعامل مع آلية التقويم المستمر في المادة التي تقوم بتدريسها ، حيث ركزت الوثيقة على أهمية ربط مُخرجات المادة بأدوات التقويم المختلفة ، حسب أوزان نسبية محددة .

والمرجو منك – أخي المعلم / أختي المعلمة – دراسة هذه الوثيقة ، والاستفادة مما جاء فيها في التخطيط لعمليات التقويم المستمر اليومية التي تقوم بها ، وإثراؤها بخبراتك وتجاربك في مجال التقويم بما يثري عملية التعلم ، ويرتقي بمستويات الطلاب ، كما يرجى منك الاطلاع على الوثيقة العامة للتقويم التربوي للتعرف على الجوانب العامة المتعلقة بالتقويم .

أولا: إرشادات مهمة في عملية التقويم

أخي المعلم/أختي المعلمة. . .

- ارجع إلى مُخرَجات/ أهداف التعلم الخاصة بمادتك، واختر لأجل تحقيقها ما يتناسب من أدوات، (لاحظ ذلك بالنظر إلى استمارة متابعة الأداء)

- اختر من خلال مادتك مُخرَجا/ هدفا واحدا أو أكثر خلال الحصة الدراسية، واختر ما يناسب من أدوات وأنشطة من أجل تحقيق ذلك، ولا تنس أن تضع ملاحظاتك على النشاط، كتغذية راجعة، لتوضيح مدى تقدم المتعلم في ذلك المُخرَج، ويمكنك أخي المعلم/ أختي المعلمة القيام بتعديل طرق تدريسك في ضوء تلك التغذية الراجعة، كما يمكنك وضع الخطط التي تراها مناسبة لإخراج المتعلم من الضعف، ليستمر في التعلم ويكون على استعداد بشكل دائم لاستقبال تعلم جديد.

- وفي شأن وضع الدرجة.. أخي المعلم/ أختي المعلمة..
في التقويم الختامي يمكنك تثبيت الدرجة في سجل المتابعة، ولكن في التقويم التكويني فلا يمكنك تثبيتها، وإنما إذا وضعت الدرجة فيكون لأجل المتابعة والتغذية الراجعة فقط.

- ينبغي أن يقوم المعلم بمساعدة الطالب على تطبيق وإتقان كافة المهارات المدرجة بالمنهاج من خلال استغلال أقصى ما لديه من استعدادات وقدرات ، ولا ينحصر فقط تركيزه في تطبيق المهارة التي سيختبر أو يقاس فيها ، وذلك حرصا على تحقق كافة الأهداف الإجرائية للوحدات الدراسية .

تابع: إرشادات مهمة في عملية التقويم

- فمثلا الطالب قد درس مجموعة مهارات رياضية في وحدات مثل: (رياضات القوى وكرة القدم والكرة الطائرة) فإنه لا يمكن فقط أن نقيس مهارة رياضية واحدة في كرة القدم بحيث تكون درجة التقويم الختامي ، ولكن يجب أن يتابع المعلم تطور مستوى الطالب ومدى تطبيقه أو إتقانه لكافة المهارات الرياضية التي تدرس بالشكل التسلسلي المنطقي حسب مصفوفة المناهج حيث ينبغي أن يرصد له الدرجة ضمن أداة التقويم الملاحظة (المشاركة) .

- أما بالنسبة للوحدات النظرية البحتة الموجودة بمنهاج المادة فينبغي الحرص على تقويم وقياس مدى تحقق مخرجاتها من خلال عنصر المعلومات والمعارف وذلك من خلال الأسئلة الشفوية في الصفوف الأربعة الأولى.

- وعلى سبيل المثال فإن من الأدوات التي ترصد لها درجة تقويم ختامي الأسئلة الشفوية، والذي يهدف إلى رصد درجة ختامية بعد تدريس مجموعة من الأهداف، لقياس قدرة المتعلم على إظهار فهمه واستيعابه للمادة المقدمة، مع إمكانية الاستفادة من مؤشرات هذه الأسئلة والتغذية الراجعة حوله في تعرف نقاط القوة ونقاط الضعف لدى المتعلم.

- أخي المعلم/ أختي المعلمة ..إن التقرير الوصفي الذي يُرسل لولي الأمر حول مستوى أداء ابنه/ ابنته يبنى على المعلومات المستقاة من نتائج التقويم المستمر بنوعيه التكويني والختامي .

- وهكذا تستمر أخي المعلم/ أختي المعلمة في متابعة مستوى أداء التلميذ/ الطالب في أهداف التعلم وصولا إلى نهاية الفصل أو العام لتكتمل عملية الحصول على الدرجات لكل متعلم وبالتالي التعرف على مستواه ومدى إنجازه.

ثانيا: مبادئ عامة في التقويم المستمر

١ـ ممارسة عملية التقويم بشكل مستمر أثناء التعلم اليومي، والعمل على تعديل مسار تعلم الطلبة بناء على ما يتم اكتشافه من جوانب القوة والضعف لديهم

٢ـ ربط عمليات التقويم بمخرجات أو أهداف التعلم الخاصة بكل مادة دراسية

٣ـ إتاحة الفرصة للمعلم للمشاركة في اختيار أدوات التقويم المناسبة لكل مخرج من مخرجات التعلم الخاصة بمادته

٤ـ مراعاة جوانب التعلم المختلفة لدى الطالب وتنمية فكره الناقد، وقدراته الابتكارية، ومهاراته الإبداعية

٥ـ الاستفادة من التعلم التعاوني (نظام المجموعات) في عمليات التقويم المختلفة

٦ـ تشجيع التقويم الذاتي، وذلك بإتاحة الفرصة للطالب في تقويم بعض أعماله بنفسه، والحكم على مستوى أدائه في اكتسابه لكفايات درس أو وحدة معينة في ضوء المخرجات أو الأهداف التعلمية التي يزود المعلم بها الطالب.

٧ـ مراعاة الفروق الفردية بين الطلبة، مع الاهتمام بالمجيدين دراسيا والموهوبين، وتطوير قدراتهم ومواهبهم من خلال أنشطة تساعدهم على الإجادة و الإبداع ، وتقديم المساعدة المناسبة للطلبة الذين لم يحققوا مستوى الإنجاز المطلوب، ومن يعانون صعوبات في التعلم

٨ـ تقديم التغذية الراجعة الفورية والمستمرة على أعمال الطالب ومشاركاته المتنوعة

٩ـ ارتباط التقويم بعمليتي التعليم والتعلم

١٠ـ الاهتمام بتطبيق كل من التقويم التكويني (التقويم من أجل التعلم) والختامي(تقويم التعلم)بشكل متوازن

١١ـ تفعيل دور الأسرة في عمليات التوجيه والمتابعة، وإشراكها في تنفيذ البرامج الإثرائية والعلاجية المقترحة، وتزويدها بالمخرجات أو الأهداف التعلمية المطلوبة، وبمعلومات دقيقة عن مدى تقدم

أولا: أدوات التقويم المستمر:

من أدوات التقويم المستمر التي يمكن أن يستعين بها المعلم في عمليات التقويم المختلفة ما يلي:

١ - **الأعمال الشفوية :** ويتم تطبيقها من خلال مواقف تعليمية تعلمية مختلفة للحصول على استجابات شفهية من التلاميذ حول قضية أو موضوع ما، وعادة ما يتم بين طرفين أو أكثر(بين المعلم والتلميذ أو بين مجموعة من التلاميذ أو بين التلميذ وزميله)، والتي تتضمن الحوار والعرض الشفوي.

٢ - **الأداء العملي :** وهو كل ما يؤديه التلميذ عملياً لتقويم المهارات العملية، ويشمل:

- الأنشطة العملية : التي يقوم بها التلميذ بالتعاون مع معلمه وزملائه خلال الحصة الدراسية لتنمية المهارات العملية المتضمنة في المخرجات أو الأهداف التعلمية، (مثال: الأنشطة الأدائية المصاحبة للدرس، وأداء المهارات العملية وما يرتبط بها من مشاركة التلميذ في مادة الرياضة المدرسية) .
- التطبيق العملي: والذي يهدف إلى تقويم مهارة الأداء العملي من خلال الملاحظة المباشرة من قبل المعلم لأداء التلميذ .

ثانيا: مراحل وخطوات التقويم المستمر :

يراعي المعلم عند القيام بعملية التقويم الخطوات الأربع الرئيسة التالية :

١- أن يكون التقويم نشاطاً مخططاً له:

وذلك أن يكون المعلم على دراية بأهداف المادة الدراسية لأن ذلك ضروري للوصول إلى تحقيق التدريس والتقويم الفعال. كما أن التخطيط ينبغي أن يراعي المعارف والمهارات والقيم والاتجاهات التي سيتم تغطيتها في المنهج ، وفي نفس الوقت مراعاة الخبرات القديمة والحالية والقدرات وإمكانات كل تلميذ . ويعتبر التخطيط أمراً حيوياً لأنه يمكن المعلم من:

- إعداد أنشطة مرتبطة بأهداف التعلم .
- التأكد من إعطاء التلاميذ أنشطة تساعد على النمو المعرفي والمهاري وتمتاز في بعض الأحيان بالتحدي والابتكار ولا تتصف بالصعوبة ، وتكون مناسبة لمستوى التلاميذ .
- توفير الفرص لكل تلميذ لإعادة تقويمه في الهدف التعليمي الذي لم يحققه .
- استخدام مجموعة متنوعة من أدوات وأساليب التقويم .

٢- أن يشكل التقويم جزءاً رئيساً من الممارسات الطبيعية أثناء تنفيذ الأنشطة الصفية اليومية :

ينبغي أن يتم التقويم في الوقت المناسب أثناء العملية التعليمية التعلمية، على أن يضع المعلم في اعتباره بعض العوامل مثل استعداد التلاميذ وطبيعة الأهداف التي يتم تقويمها عند تحديد وقت ونوع التقويم. ففي بعض الحالات يتم التقويم بشكل ختامي؛ في نهاية موضوع أو وحدة أو في نهاية مقرر العام الدراسي، بينما في حالات أخرى يتم التقويم لبعض أهداف التعلم في مرحلة متقدمة من العملية التعليمية التعلمية ، مع الأخذ في الاعتبار استمرارية عملية التقويم.

٣- أن يتم رصد وتسجيل تقدم التلاميذ بطريقة مناسبة ومقنعة:

إن رصد وتسجيل الدرجات يعتبر أمراً حيوياً كأساس لمساعدة المعلمين على:

- تحديد احتياجات التلاميذ .
- تزويد التلاميذ بتغذية راجعة عن مستوى تقدمهم .
- تزويد أولياء الأمور بتقارير تبين إنجاز أبنائهم .
- تقويم فاعلية البرنامج التعليمي وأدواته وطرائق التدريس المستخدمة .

وينبغي أن تكون عملية رصد الدرجات وتحديد مستويات الإنجاز سهلة وغير معقدة وكذلك من المهم أن يقوم المعلم برصد الدرجات ذات الأهمية والتي تعكس بوضوح ما حققه التلاميذ من تعلم وفق معايير واضحة ومحددة للأداء . وحتى تكون الأحكام حول مدى التقدم الذي يحققه التلميذ دقيقة وصادقة فإنه من المهم أن تتضمن معلومات تم جمعها من خلال الأنشطة اليومية العادية ومعلومات من أدوات التقويم.

- تكون النهاية الكبرى لجميع المواد الدراسية في الصفوف (١-٤) ١٠٠ درجة ، والنهاية الصغرى ٥٠ درجة.
- يحدد انجاز التلميذ في الصفوف (١-٤) في نهاية العام الدراسي بحساب مجموع درجاته في أدوات التقويم المختلفة.

- يتم تحديد مستوى التلميذ في الصفوف (١-٤) على النحو الآتي :

نطاق الدرجة	الحروف الدالة على مستويات الأداء	وصف المستوى
٩٠%—١٠٠%	أ	ممتاز
٨٠%—٨٩%	ب	جيد جدا
٦٥%—٧٩%	ج	جيد
٥٠%—٦٤%	د	مقبول
٤٩%أو اقل	هـ	يحتاج إلى مساعدة

جدول رقم (١)

٤. إعطاء تغذية راجعة للتلاميذ وأولياء أمورهم:

إن مصطلح "تقرير الأداء" يتضمن وضع ما قام التلاميذ بإنجازه في الحسبان ، وهذا بشكل تقليدي هو هدف التقارير المدرسية ،وبالتالي فهي تشكل أساساً للتحاور بين المدرسة وولي الأمر . ولكن على الرغم من ذلك فإن تقارير الأداء يمكن أن توظف بطريقة أشمل من خلال:

- حصول التلاميذ على ملاحظات شفوية وكتابية حول أعمالهم مما سيساعدهم على تقويم ما قاموا به حتى يكونوا مدركين لما يجب فعله أو يحتاجون إليه بعد ذلك .
- توفير معلومات واضحة حول الإنجاز السابق لكل تلميذ ومدى التقدم الذي حققه متضمنة نقاط القوة والضعف لكي يستفيد منها المعلمون المعنيون بتدريس التلميذ في المستقبل وذلك لتحقيق مبدأ التواصل والاستمرارية في التعليم والتعلم.

ثالثا : التخطيط لأدوات التقويم المستمر:

للتخطيط أهمية كبيرة في التقويم وهو ذو فائدة للطالب والمعلم فالتخطيط للتقويم ينظم الجهود لمساعدة الطلاب للتعلم والارتقاء بمستوياتهم كما أن التخطيط المسبق والمدروس يساعد المعلم على الارتقاء المهني بالاستفادة من التغذية الراجعة وتطوير خطته التدريسية وتحقيق أهدافه وتشمل أدوات التقويم في مادة الرياضة المدرسية على الاختبارات المهارية – الملاحظة .

يقوم المعلم في بداية العام الدراسي بالتخطيط السنوي لمحتوى الكتاب الدراسي للصف الذي يقوم بتدريسه ، ويتم توزيع الدروس حسب الخطة الدراسية السنوية، متضمنة أدوات التقويم المستمر المراد تنفيذها وفق الخطوات الآتية:

١ -التعرف على مستويات الطلاب وتشخيص مشكلاتهم من خلال ملف أعمال الطالب وحصر الطلاب المنقولين إلى الصف بخطط علاجية ومتابعة تلك الخطط

٢ -القيام بوضع خطة زمنية تقويمية وتعريف الطلاب بها وبأدوات التقويم وتوضح تلك الخطة تاريخ تطبيق أدوات التقويم المستمر(الختامي) لكل طالب من طلاب الصف ويمكن للمعلم القيام بتطبيق بعض أدوات التقويم قبل تنفيذ الخطة أو بعدها كتقويم تكويني وتقديم التغذية الراجعة المناسبة قبل تنفيذ الخطة الزمنية التقويمية وتساعد هذه الخطة المعلم على تنظيم عملية التقويم

٣ -حصر الأهداف العامة والخاصة بكل صف دراسي ،وقد تم تحديدها في كل من كتاب الطالب وكتاب المعلم.

٤ -تحديد الفترة الزمنية المناسبة لتنفيذ كل أداة تزامنا مع خطة تنفيذ محتوى الكتاب الدراسي وتحقيق الأهداف العامة للمادة.

٥ -إعداد مواد أدوات التقويم المستمر وتطبيقها وتقديم التغذية الراجعة وتراعي في ذلك مواصفات كل أداة والمستويات التي تقيسها .

٦ -رصد درجات أدوات التقويم المستمر في استمارة متابعة أداء الطالب أول بأول بحيث لا تترك حتى نهاية العام الدراسي .

٧ -تطبيق القياس الحركي حسب دليل القياسات الحركية.

٨ -تفعيل الملاحظة يقوم المعلم بمتابعة الطالب من بداية العام الدراسي إلى نهايته ويقوم بتسجيل ملاحظاته على كل طالب من حيث المثابرة والزى والتعاون . . .الخ

٩ -إرسال أربعة تقارير عن مستوى أداء التلاميذ خلال العام الدراسي ،لأولياء أمور التلاميذ .

إن تخطيط المعلم لعملية التقويم بالخطوات التي تم إيضاحها كفيل بالقضاء على العشوائية في تنفيذ أدوات التقويم، حيث سيتم ربط أدوات التقويم بأهداف المادة في كل صف دراسي، وذلك باختيار الأداة المناسبة لكل هدف، ضمانا لتقويم وتحديد مستوى الطالب في جميع أهداف المادة ،إضافة لتنفيذها في أوقات محددة ومتزامنة مع تنفيذ كل هدف.

الخطة الزمنية التقويمية للصفوف (١-٤)

	أسئلة شفوية	القياسات الحركية	الملاحظة
سبتمبر			√
أكتوبر		√	√
نوفمبر	√		√
دسمبر		√	√
فبراير			√
مارس		√	√
ابريل	√		√
مايو		√	√

جدول رقم (٢)

يتم تقويم أداء التلميذ في هذه الصفوف وفق أدوات متعددة تناسب عناصر تعلم التلاميذ ، والجدول التالي يبين توزيع هذه الأدوات على عنصري التعلم لمادة الرياضة بالصفوف (١ – ٤) على النحو الآتي :

عناصر التعلم	أدوات القياس المقترحة	الدرجة
المعلومات والمعارف الحركية والبدنية(٢٠) درجة	**أسئلة شفوية قصيرة**	(٢٠) درجة
الحركات الانتقالية وحركات المعالجة (٨٠) درجة	القياسات الحركية	(٥٠) درجة
	الملاحظة	(٣٠) درجة: -[١٠] درجة الزي الرياضي -[٢٠] درجة المشاركة،السلوك . .ألخ

جدول رقم (٣)

وفيما يلي وصفا مختصرا بعناصر وأدوات التقويم للصفوف (١-٤):

أ- المعلومات والمعارف الحركية والبدنية :(ينفذ مرتين خلال العام الدراسي)

وتتضمن الحقائق العلمية للحركات الأساسية الفطرية والمهارات المقررة، طرق الأداء، وتقاس عن طريق : الأسئلة الشفوية القصيرة المرتبطة بمحتوى وموضوعات المنهاج تلقيها المعلمة على التلاميذ أثناء سير الحصة وتتابع استجاباتهم لتلك الأسئلة .

ملاحظة: ** إذا قدم التلميذ عن رغبته الشخصية نشاطا ورقيا مصورا ، فيمكن للمعلمة وحسب تقديرها و رؤيتها المتخصصة أن تحتسب له ذلك ضمن درجة المعلومات والمعارف . (مع العلم بأن ذلك النشاط غير ملزما على التلميذ من تقديمه، كما أن المعلمة أيضا غير ملزمة في قبوله)

ب- الحركات الأساسية الانتقالية وحركات المعالجة والتناول :

- الحركات الأساسية الانتقالية وتشمل حركات[المشي ، الوثب، الحجل ، الجري]
- حركات المعالجة والتناول وتشمل حركات [المسك، الرمي ، الركل ، حركات الاتزان والاتزان المقلوب] .
- يمكن قياس الحركات الأساسية الفطرية عن طريق القياسات الحركية على أن تختار المعلمة الحركات المناسبة لتلاميذها حسب دليل االقياسات الحركية .(على أن ينفذ أربعة قياسات حركية خلال العام الدراسي)

ج- الملاحظة :

وتكون من خلال ملاحظة المعلمة المستمرة لأداء التلميذ خلال العام الدراسي وهي تتم على جزأين :

١- **المشاركة والسلوك :** وهي مشاركة التلميذ الفاعلة أثناء الدروس أو الأنشطة الرياضية المختلفة .

وكذلك ملاحظة مدى تحليه بالصفات السلوكية الحميدة مثل :(التعاون – المثابرة – الشجاعة – الجرأة – احترام أداء الآخرين – الانتباه – التركيز – الانتماء . . .الخ)

٢- **الزى الرياضي :** وهو ملاحظة مدى التزام الطالب بارتداء الزى الرياضي أثناء الدرس ويتم ذلك من خلال استمارة المتابعة المخصصة لذلك والمرفقة في هذه الوثيقة .

رابعا : الأهداف العامة والخاصة بمادة الرياضة المدرسية

١) : الأهداف العامة لمادة الرياضة المدرسية :

- إكساب المتعلم الثقافة الرياضية البدنية ، والمعلومات والمعارف الخاصة بالأنشطة الرياضية ، بما يتناسب مع قدراته العقلية ونموه الجسمي .
- إكساب ثقافة الوعي الصحي وشروط القوام الجيد .
- تنمية الحركات الأساسية الفطرية والطلاقة الحركية .
- اكتساب الصفات البدنية وتنميتها لتحقيق مستوى من اللياقة البدنية .
- إكساب المهارات الرياضية الأساسية لبعض الأنشطة الرياضية وممارستها عن طريق أنشطة تنافسية داخل المدرسة وخارجها .
- إكساب مهارات الألعاب الشعبية العمانية والخليجية وفنونها .
- رعاية ذوي القدرات الخاصة ، والإرتقاء بمستوى أدائهم .
- تنمية روح الابتكار والإبداع الحركي والمهاري والمعرفي .
- تنمية شخصية المتعلم ، وغرس القيم الرياضية المرجوة عن طريق الممارسة الرياضية .
- غرس وتنمية الوعي بأهمية الوقت، وكيفية تنظيمه ، وأساليب استثماره بممارسة الأنشطة الرياضية .
- غرس مفاهيم بعض القضايا المعاصرة وتنميتها والتنشئة على مبادئ وقيم الشورى والمشاركة العامة .
- ربط أهداف مادة الرياضة المدرسية بأهداف المواد الدراسية الأخرى لتحقيق الترابط والتكامل معها .

٢) : الأهداف الخاصة للصفوف (١-٤):

- اكتساب بعض المعلومات والمعارف الخاصة بالجسم والأعضاء فيما يتصل بالحركة .
- تعرف الاتجاهات الأساسية وبعض التشكيلات والتكوينات .
- تعرف أداء الحركات الأساسية الفطرية في حدود الأمان والسلامة .
- تحريك الجسم من الثبات والحركة في الفراغ ، بطريقة صحيحة .
- تأدية الحركات الأساسية الفطرية المناسبة للنمو .
- استخدام الجسم في تشكيلات متنوعة واتجاهات مختلفة .
- تحقيق المستوى المناسب من اللياقة البدنية .
- مساعدة التلميذ على اكتشاف قدراته الفردية والخاصة عن طريق أداء الواجبات الحركية
- إكساب التلميذ السلوك الاجتماعي السليم .
- إكساب التلميذ احترام الزملاء وتقدير الانتماء للجماعة .
- تحقيق التلميذ لذاته عن طريق ممارسة الأنشطة الحركية .
- الشعور بالرضا والسعادة عن طريق ممارسة الأنشطة الحركية .
- الاعتزاز بالانتماء للمجتمع العماني من خلال دراسة الأنشطة الرياضية .

رابعا: تقارير الأداء في الصفوف (١-٤):

تمثل تقارير الأداء حلقة الوصل بين المدرسة والمنزل في تعريف أولياء الأمور بمستوى إنجاز أبنائهم أولا بأول، حتى يتأتّى لهم تقديم المساعدة المطلوبة.

وتكون تقاربر الأداء في الصفوف (١- ٤) على النحو الآتى :

- تقربر وصفى أول لأداء التلميذ في منتصف الفصل. (أكتوبر)
- تقربر وصفى ثانى لأداء التلميذ في نهاية الفصل الدراسى (دسمبر)
- تقربر وصفى ثالث لأداء التلميذ في منتصف الفصل. (مارس)
- نتيجة أداء التلميذ في نهاية العام الدراسي (الدرجة والرمز)

التقارير الوصفية:

ويتم فيها تحديد مدى انجاز التلميذ لمخرجات /أهداف التعلم ومدى إجادته التعبير عن فهمه للمصطلحات والمفاهيم التي يحتوي عليها المنهج ، والكيفية التي يستطيع بها التلميذ تطبيق العمليات و قدرته على حل المشكلات التي تواجهه أثناء عمليات الاستكشاف ومهام التعلم الأخرى التي يقوم بها . ويمكن للمعلمة أن تسجل ملاحظاتها عن التلاميذ بعد تنفيذ كل وحدة دراسية أو أثناء تنفيذ الدروس.

وينبغي أن تشمل الملاحظات الوصفية الآتي:

- **نقاط قوة التلميذ:**

يجب أن يبدأ المعلم ملاحظاته على بطاقة تقرير الأداء بذكر شيء إيجابي عن التلميذ . ما نقاط القوة لديه ؟ حيث إن كل تلميذ لديه بعضٍ الجوانب في عمله أقوى من جوانب أخرى . وربما لا يكون أفضل تلاميذ صفه، إلا أنّ هنالك دائما شيء يتميز به . وربما يكون ذلك عبارة عن شيء يفهمه أو يشرحه بصفة خاصة بطريقة جيدة، وربما يكون امتلاكه لقدرة مميزة على تطبيق عملية ما أو مهارة ما أو عمل روتيني يستطيع القيام به . وقد تكمن نقطة قوة التلميذ في قدرته على التفكير

الإبداعي أثناء موقف لحل مشكلة ما . وربما يكون للتلميذ اتجاه إيجابي معين تجاه موضوع ما أو يمتلك مهارات متميزة عند العمل في مجموعة .

- **نقاط ضعف التلميذ :**

إذا كان التلاميذ يمتلكون نقاط قوة في مجال ما ، فإنهم أيضاً يعانون من نقاط ضعف في مجالات أخرى حيث يحتاجون إلى مزيد من العمل عليها ، وهنا ينبغي على المعلم أن يكون لطيفاً عند الإشارة إلى نقاط الضعف، حتى لا يؤدي ذلك إلى إحباط التلميذ . ويجب أن يكون بمقدور التلاميذ تحديد الموضوعات والمهارات التي ينبغي تعزيزها وتقويتها . وقد يرغب المعلم في مناقشة التلاميذ فرادى قبل إعداد ملاحظاته على بطاقات تقارير الأداء ، وعلى المعلم أن يحدد نقطة ما تثير اهتمامه في أداء التلميذ حول مفهوم ما أو درجة فهمه لموضوع ما ، أو قدرته على تطبيق خطوات أو إجراءات بعينها ، أو طريقته في حل المشكلات، أو عادات العمل عنده .

العبارات الوصفية :

ينبغي أن تشمل العبارات الوصفية وصفاً دقيقاً لمدى إنجاز التلميذ لأهداف التعلم من فهم وأداء وسمات إرادية شخصية ، وأن تكون العبارات متوافقة مع درجة الملاحظة ،

أمثلة على العبارات الوصفية:

- يقيم أداء زملائه ويحكم على صحة الأداء ويبدي رأيه في ذلك، ويبدع في تطبيق المهارات المقررة، ويتعاون مع زملائه ويشارك في الأنشطة ودائم الالتزام بالزى الرياضي
- يميز الأداء الصحيح ويربط بين أجزاء المهارة ويتقن أداء المهارات المقررة ويتعاون مع زملائه ويحترم أدائهم وغالبا يلتزم بالزى الرياضي
- يبين الأداء الصحيح ولا يستطيع إعطاء معلومات عنه ويجيد تطبيق المهارات المقررة بطريقة مناسبة وقليل الالتزام مع زملاءه عند تنفيذ المهارة وأحيانا يلتزم بالزى الرياضي

استمارة نتيجة أداء التلميذ في مادة الرياضة المدرسية للصفوف (١–٤)

م	اسم الطالب	المعلومات والمعارف ٢٠ درجة		الحركات والمهارات ٨٠ درجة				المجموع الكلي ١٠٠	المستوى الكلي
		أسئلة شفوية ٢٠درجة	المستوى	القياسات الحركية ٥٠ درجة	الملاحظة ٣٠درجة		المجموع ٨٠درجة	المستوى	
					المشاركة والسلوك ٢٠درجة	الزى الرياضي ١٠درجة			

المستويات التقديرية ٢٠ درجة
١٨ - ٢٠ أ
١٦ - ١٧ ب
١٣ - ١٥ ج
١٠ - ١٢ د
١١ فأقل هـ

المستويات التقديرية ٨٠ درجة
٧٢ - ٨٠ أ
٦٤ - ٧١ ب
٥٢ - ٦٣ ج
٤٠ - ٥١ د
٣٩ فأقل هـ

المستويات التقديرية ١٠٠ درجة
٩٠ - ١٠٠ أ
٨٠ - ٨٩ ب
٦٥ - ٧٩ ج
٥٠ - ٦٤ د
٤٩ فأقل هـ

بطاقة المتابعة المستمرة للتلاميذ (الزي الرياضي والسلوك والمشاركة)
بمادة الرياضة المدرسية للصفوف (١-٤)

م	اسم التلميذ	الزي الرياضى ١٠ درجات										سلوك ومشاركة درجة ٢٠	
		١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠		

ملاحظة:

- في خانة الزى الرياضي يسجل المعلم فقط الطالب الذي لم يحضر الزى من خلال كتابة تاريخ عدم إحضار الزى . على أن تخصم درجة واحدة من مجموع درجات الزى الرياضي عن كل يوم يتخلف فيها الطالب عن ارتداء الزى.

المديرية العامة للتربية والتعليم لمحافظة . . . . . .

كشف القياسات الحركية للصف . . . . . شعبة ( )

اسم القياس: . . . . . .

وحدة القياس : . . . . . .

م	اسم التلميذ	القياس	الدرجة	ملاحظات

استمارة نتيجة أداء التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة في مادة الرياضة المدرسية للصفوف (١-٤)

م	اسم التلميذ	المعلومات والمعارف ٥٠ درجة				الحركات والمهارات ٥٠ درجة				المجموع ١٠٠	المستوى
		أسئلة ٤٠		الصور ١٠		القياسات الحركية ٣٠		الملاحظة ٢٠			
		٢٠	٢٠	٥	٥	١٥	١٥	المشاركة والسلوك ١٠	الزي الرياضي ١٠		

ملاحظات :

- القياسات الحركية: تكون مرتين في كل فصل دراسي .
- في خانة الزي الرياضي تسجل المعلمة فقط التلميذ الذي لم يحضر الزي من خلال كتابة تاريخ عدم إحضار الزي . على أن يقوم المعلم بتقدير درجة التلميذ حسب التزامه بإحضار الزى .

ملحق(١)

القياسات الحركية للرياضة المدرسية (١ – ٤)

ملاحظة : عندما توجد قياسات عالية ومتطرفة لدي بعض طلاب الصف في أحد القياسات الحركية يتم إتباع المقترح التالي حسب المثال التالي:

مثال قياس الجري لمسافة ٣٠ متر

نفترض أفضل طالب في هذا القياس حقق زمنا وقدره ١١,٣٠ ثانية ، بينما بقية التلاميذ انحصرت قياساتهم بين ١٥,٥٢ ث – ٢٢ ث . في هذه الحالة يتم إتباع ما يلي:

* الطالب الذي حقق ١١,٣٠ ث يعطى (٢٥ درجة)

* الطالب الذي حقق ١٥,٥٢ ث يتخذ قياسه كأفضل قياس في المعادلة حتى تبنى عليه درجات بقية التلاميذ .

القياسات الحركية للصف الأول

القياس الأول

اسم القياس : جري مسافة ٣٠ مترا .

الأدوات وتنظيمها : ساعة إيقاف – جير للتخطيط – حارة بعرض ١٢٢سم وبطول ٣٠م .

الغرض من القياس : قياس عنصر السرعة .

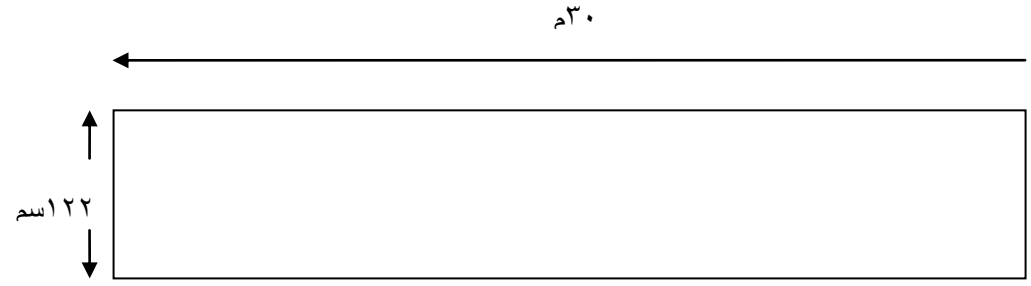
طريقة الأداء : يقف التلميذ خلف خط البداية، وعند سماع الإشارة يقوم بالجري بأقصى سرعة إلى أن يتجاوز خط النهاية قاطعا المسافة في أقل زمن ممكن .

أسلوب التقدير : يُسجل للطالب الزمن الذي يقطع فيه المسافة المحددة لأقرب جزء من مائة من الثانية وذلك حسب المعادلة الآتية:

$$\frac{\text{أفضل زمن للطلبة}}{\text{زمن التلميذ}} \times ٢٥$$

مثال : قطع خالد مسافة الـ ٣٠ مترا في ٦,٢٥ ثانية، وكان أحسن زمن لتلاميذ الفصل هو ٥,٨ ثانية ودرجة الاختبار ٥٠

$$\frac{٥,٨}{٦,٢٥} \times ٢٥ = ٢٣ \text{ درجة التلميذ خالد}$$



القياس الثاني

اسم القياس : الحجل مسافة ١٠ أمتار .

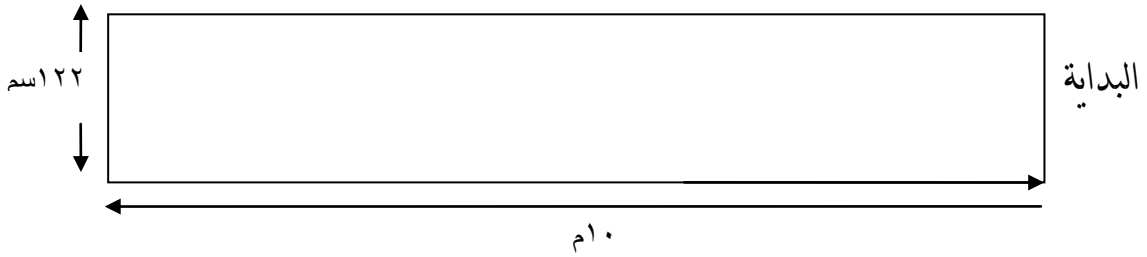
الأدوات وتنظيمها : ساعة إيقاف – جير للتخطيط ، أقماع أو علامات لتحديد أركان المسافة المطلوبة .

الغرض من القياس : قياس مهارة الحجل .

طريقة الأداء : يقف التلميذ خلف خط البداية على قدم واحدة ويرفع الأخرى عن الأرض من مفصل الركبة وعند سماع الإشارة يقوم بالحجل في أقل زمن ممكن .

أسلوب التقدير : يُسجل للطالب الزمن الذي يقطع فيه المسافة المحددة لأقرب جزء من مائة من الثانية وذلك حسب المعادلة التالية:

$$\frac{\text{أفضل زمن للطلبة}}{\text{زمن التلميذ}} \times ٢٥$$



القياس الثالث

اسم القياس : رمي الكرة بيد واحدة من أسفل .

الأدوات: كرات – علامات (أقماع) – شريط قياس .

الغرض من القياس : قياس مهارة الرمي .

طريقة الأداء : يقف التلميذ خلف خط البداية ومعه كرة . يقوم برمي ا لكرة بيد واحدة من أسفل عند سماع الإشارة ويتم تحديد المكان الذي وصلت إلية الكرة بعلامة ،ثم قياس طول المسافة التي قطعتها الكرة .

أسلوب التقدير : قياس المسافة التي قطعتها الكرة من خط البداية وحتى أول مكان سقطت فيه .

ملاحظة: يقسم مقطع الرمي إلى أجزاء كل جزء ٥٠سم ويسجل مسافة التلميذ عند كل جزء بناءً على هذه الأجزاء وتعطى الدرجة بناء على المعادلة الآتية:

$$\frac{\text{مسافة التلميذ}}{\text{أفضل مسافة للطلبة}} \times ٢٥$$

٥٠	١٠٠	١٢٥	١٥٠	١٧٥	٢٠٠	٢٢٥	٢٥٠	٢٧٥	٣٠٠	٣٢٥	٣٥٠	٣٧٥	٤٠٠	٤٢٥	٤٥٠	٤٧٥	٥٠٠

مثال : رمت سارة الكرة مسافة (٣٧٥ سم) وكانت أحسن مسافة للصف (٤٥٠ سم) وكان الاختبار من ٥٠ درجة فكم تكون درجة سارة.

الحل : $\frac{٣٧٥}{٤٥٠} \times ٢٥ = ٢١$ **هي درجة التلميذة سارة**

القياس الرابع

اسم القياس: رمي الكرة ولقفها .

الأدوات: كرات متوسطة – جير للتخطيط – ساعة إيقاف .

الغرض من القياس : قياس عنصر التوافق .

طريقة الأداء : يقف التلميذ داخل الدائرة عند الإشارة يقوم برمي الكرة ولقفها ٥ مرات بارتفاع لا يقل عن مترين (٢ م) .

أسلوب التقدير : حساب عدد المحاولات الصحيحة في الرميات الخمس، وتحسب الدرجة حسب عدد المحاولات الصحيحة ، بحيث تعطى لكل محاولة صحيحة ٥ درجات .

القياس الخامس

اسم القياس : تقليد مشية الأسد (المشي على أربع بتوقيت سريع) .

الأدوات وتنظيمها : مساحة مخططة كافية للأداء .

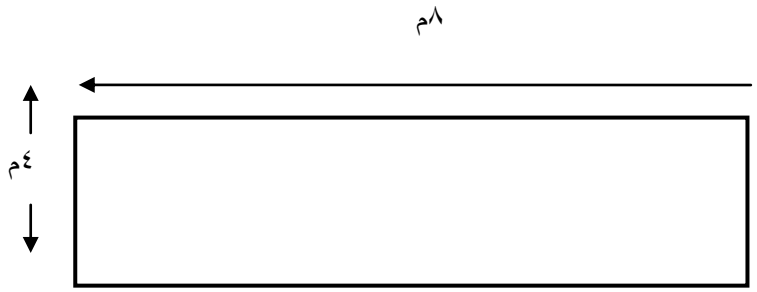
الغرض من القياس : قياس قدرة التلميذ على إدارة جسمه في المواقف الحركية بكفاءة وتوافق .

طريقة الأداء : يقف التلميذ خلف خط البداية و عند الإشارة يمشي على أربع مقلدا الأسد بتوقيت سريع .

شروط القياس: عدم ترك اليدين الأرضَ وإلا تعاد المحاولة .

أسلوب التقدير : قياس الزمن الذي قطعه التلميذ إلى خط النهاية لأقرب جزء من الثانية وذلك حسب المعادلة الآتية:

$$\frac{\text{أفضل زمن للطلبة}}{\text{زمن التلميذ}} \times ٢٥$$



القياس السادس

اسم القياس : المشي مع المحافظة على الاتزان .

الأدوات وتنظيمها : قطعة خشبية مربعة الشكل أبعادها ٢٠×٢٠سم – ساعة إيقاف .

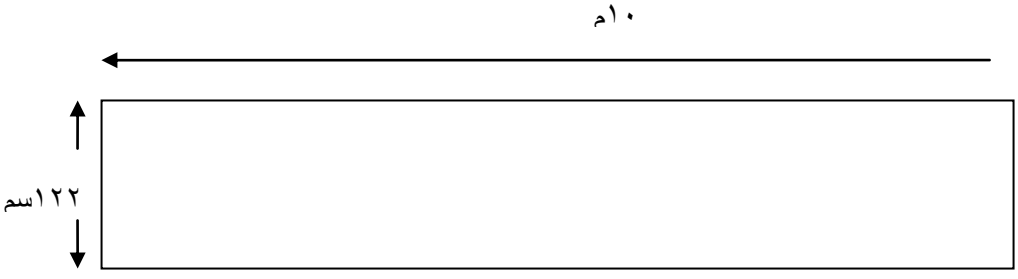
الغرض من القياس : قياس مهارة الاتزان .

طريقة الأداء : يقوم التلميذ ويأخذ وضع الاتزان والذراعان على جانبيه، يضع القطعة الخشبية على رأسه يقوم بالمشي للأمام حتى خط النهاية مع المحافظة على وضع الاتزان وعدم سقوط القطعة الخشبية طول المسافة وقدرها ١٠أمتار .

شروط القياس: عند سقوط قطعة الخشب على الأرض يعطى التلميذ محاولة ثانية، وإذا سقطت يتوقف التلميذ في مكان سقوط قطعة الخشب، ويضع قطعة الخشب ويكمل المسافة .

أسلوب التقدير : يحسب الزمن الذي قطعه التلميذ وهو محافظ على وضع الاتزان ووضع قطعة الخشب وذلك حسب المعادلة الآتية :

$$\frac{\text{أفضل زمن للطلبة}}{\text{زمن التلميذ}} \times ٢٥$$



القياسات الحركية للصف الثاني

القياس الأول

اسم القياس :- الوثب الطويل من الثبات

الغرض من القياس:- قياس مهارة الوثب .

الأدوات وتنظيمها :- شريط قياس _ خط للارتقاء .

طريقة الأداء :- يقف التلميذ خلف خط الارتقاء مباشرة والذراعان عاليا، تُورجح الذراعان للأمام وللأسفل وللخلف مع ثني الركبتين نصفا مع ميل الجسم للأمام قليلا ، ومن هذا الوضع يؤرجح التلميذ الذراعين بقوة لأعلى مع مد الساقين ودفع الأرض بالقدمين بقوة للوثب للأمام إلى أبعد مسافة .

أسلوب التقدير :- تسجل للطالب أفضل محاولة من ثلاث محاولات وتقاس من نزول كعب قدم التلميذ لخط الارتقاء ولأقرب ٢٥سم .

شروط المسابقة: الارتقاء والهبوط بالقدمين معا وفي حالة سقوط التلميذ تعاد له المحاولة .

البداية	٥٠ سم	٧٥ سم	١٠٠ سم	١٢٥ سم	١٥٠ سم	١٧٥ سم	٢٠٠ سم

أسلوب التقدير : يتم حسب المعادلة الآتية لكل صف على حدة وحسب قدرات طلابه

$$\frac{\text{مسافة التلميذ}}{\text{أحسن مسافة}} \times ٢٥$$

مثال : وثب أحمد مسافة (١٢٥ سم) وكانت أحسن مسافة للصف (١٥٠ سم) وكان الاختبار من ٢٥ درجة فكم تكون درجة التلميذ أحمد ؟

الحل : $\frac{١٢٥}{١٥٠} \times ٢٥ = ٢١$ **هي درجة التلميذ أحمد**

القياس الثاني

اسم القياس :- **رمي الكرة باليدين من أعلى الكتف لأبعد مسافة**

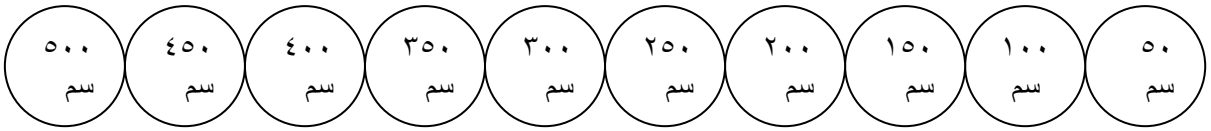
الغرض من القياس:- قياس مهارة الرمي .

الأدوات وتنظيمها :- كرة طبية ، يرسم خط على الأرض ، شريط قياس .

طريقة الأداء: يقف التلميذ مواجها منطقة الرمي ، ممسكا بكلتا يديه الكرة في مستوى أعلى من الكتف، وفي اتجاه الذراع الرامية ، بحيث تكون اليد الرامية خلف الجزء السفلي للكرة واليد الحرة أمامها ،عند الإشارة يرمي الكرة الطبية لأبعد مسافة .

أسلوب التقدير :- تقاس المسافة من نقطة سقوط الكرة على الأرض لأقرب ٥٠ سم .

ملاحظة : تستخدم الكرات الطبية المتوفرة في المدرسة .



$$\frac{\text{مسافة التلميذ}}{\text{أحسن مسافة}} \times ٢٥$$

مثال : رمى أحمد مسافة (٣٠٠ سم) وكانت أحسن مسافة للصف (٤٥٠ سم) وكان الاختبار من ٢٥ درجة فكم تكون درجة التلميذ أحمد ؟

الحل : $\frac{٣٠٠}{٤٥٠} \times ٢٥ = ١٧$ **درجة التلميذ أحمد**

القياس الثالث

اسم القياس :- ركل الكرة بباطن القدم .

الغرض من القياس: قياس مهارة الركل .

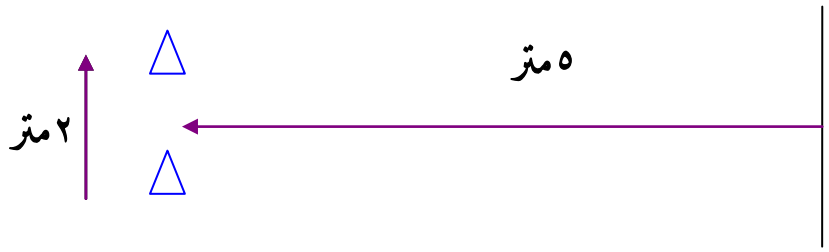
الأدوات وتنظيمها : كرات متوسطة الحجم، شريط قياس، خط بداية ، أقماع .

طريقة الأداء : يقف التلميذ خلف خط البداية ويقوم بركل ثلاث كرات إلى الهدف الذي يبعد خمسة أمتار ، بأخذ خطوة للأمام بالقدم الحرة ، بحيث تجاور الكرة من خلفها ، يؤرجح الرجل الضاربة للأمام مع ثني القدم للخارج، يركل التلميذ الكرة بالجزء الداخلي للقدم(باطن القدم) .

شروط المسابقة: ارتداء التلميذ الحذاء أثناء الأداء . طول الهدف (٢متر) .

أسلوب التقدير : - يُعطى التلميذ محاولتين لكل محاولة (٥) درجات في حال تسجيل هدف و (١٥) درجة على التكنيك الكلي الصحيح للمحاولات الثلاث .

البداية



القياس الرابع

اسم القياس: الحجل في خطوط متعرجة .

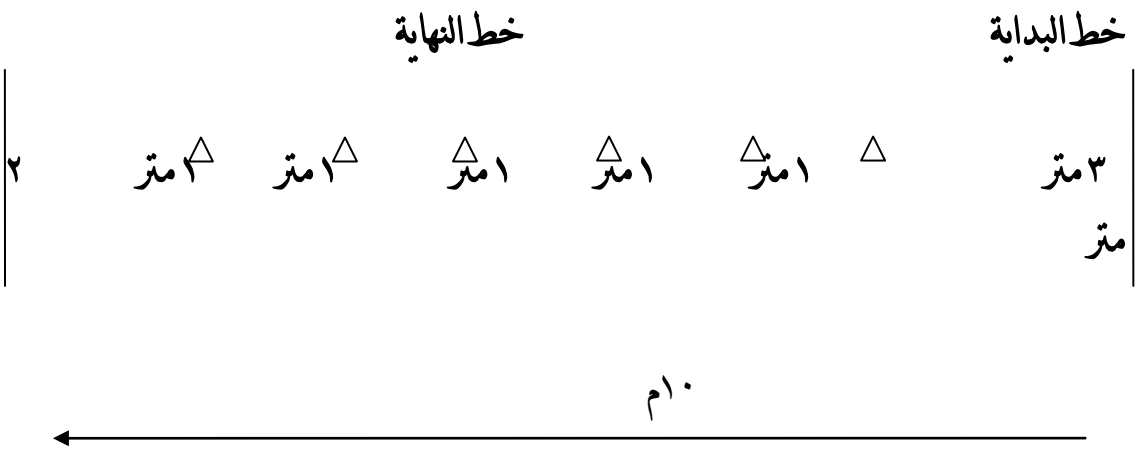
الغرض من القياس: قياس مهارة الحجل .

الأدوات وتنظيمها : ساعة إيقاف، خط بداية ونهاية، ٦أقماع أو علامات، يتم وضعها بعد ٣ أمتار من خط البداية وتكون المسافة بين القمع والآخر متر واحد وحتى ٨أمتار، بحيث تتبقى مسافة مترين حتى خط النهاية .

طريقة الأداء: عند الإشارة ينطلق التلميذ بالحجل بين خطوط متعرجة حتى خط النهاية في أقل زمن ممكن .

أسلوب التقدير: يسجل الزمن الذي يقطع فيه التلميذ مسافة ١٠م

شروط القياس: عدم الاستناد بالقدم الحرة على الأرض وفي حالة حدوث ذلك يعاد الاختبار .



أسلوب التقدير : يتم حسب المعادلة الآتية

$$\frac{\text{أحسن زمن}}{\text{زمن التلميذ}} \times ٢٥$$

مثال : قطع أحمد المسافة ب (٧ ثوان) وكانت أحسن زمن للصف (٥ ثوان) وكان الاختبار من ٥٠ درجة. فكم تكون درجة التلميذ أحمد ؟

الحل : $\frac{٥}{٧} \times ٢٥ = \frac{١٢٥}{٧} = ١٨$ **هي درجة التلميذ أحمد**

القياس الخامس

اسم القياس: تنطيط الكرة بيد واحدة .

الغرض من القياس: قياس مهارة التنطيط .

الأدوات وتنظيمها : كرة متوسطة الحجم، ساعة إيقاف ، دائرة نصف قطرها ٥٠ سم .

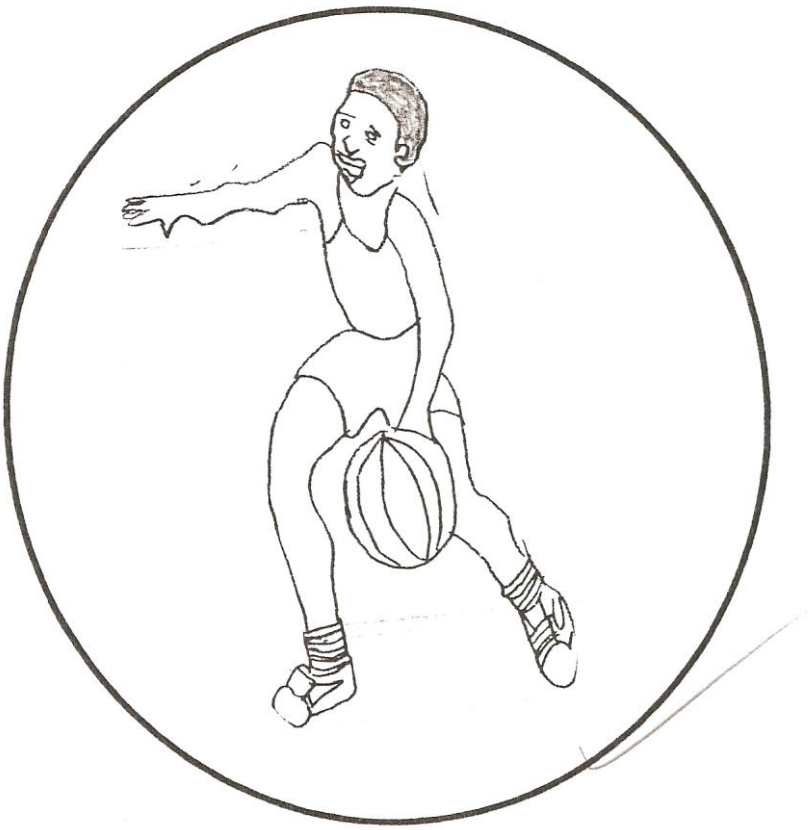
طريقة الأداء : يقف التلميذ داخل الدائرة وعند الإشارة يقوم التلميذ بتنطيط الكرة بيد واحدة لمدة ٣٠ ثانية .

شروط المسابقة : عدم الخروج من الدائرة أثناء التنطيط وفي حال خروجه يعطى محاولة ثانية .

أسلوب التقدير: يسجل عدد المحاولات الصحيحة في التنطيط خلال الزمن المحدد (٣٠ ثانية) .

وحسب المعادلة الآتية

$$\frac{\text{عدد المحاولات الصحيحة للطالب}}{\text{أفضل عدد محاولات لطلبة الصف}} \times ٢٥$$



القياس السادس

اسم القياس: اتزان اليد والركبة .

الغرض من القياس: قياس مهارة الاتزان .

الأدوات وتنظيمها : ساعة إيقاف، مراتب .

طريقة الأداء : وضع (الجثو الأفقي الميزان المنخفض) الذراعين جانبا ، ورفع الرجل اليسرى أو اليمنى للخلف والثبات .

أسلوب التقدير: يحسب الزمن حتى يفقد التلميذ توازنه . الزمن المحدد ١٠ ثواني .

أسلوب التقدير : يتم حسب المعادلة الآتية

$$\frac{\text{زمن التلميذ}}{١٠} \times ٢٥$$

مثال : استمر أحمد بعمل الميزان المنخفض بالطريقة الصحيحة لمدة (٨ ثوان) وكان الزمن المثالي (١٠ ثوان) وكان الاختبار من ٢٥ درجة فكم تكون درجة التلميذ أحمد ؟

الحل: $\frac{٨}{١٠} \times ٢٥ = \frac{٢٠٠}{١٠} = ٢٠$ **هي درجة التلميذ أحمد**

القياس الأول

اسم القياس: **رمي كرة طبية باليدين من أعلى الرأس من وضع الجثو الأمامي .**

الأدوات وتنظيمها : كرة طبية – شريط قياس – جير للتخطيط .

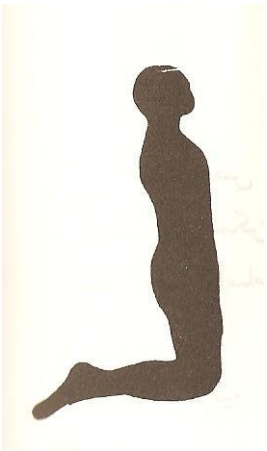
الغرض من القياس : قياس مهارة رمي الكرة .

طريقة الأداء : يتخذ التلميذ وضع الجثو الأفقي عند خط البداية ومعه كرة طبية . يقوم برمي الكرة باليدين من أعلى الرأس ويتم تحديد المكان الذي سقطت فيه الكرة ،وقياس المسافة من خط البداية حتى المكان الذي سقطت في الكرة .

أسلوب التقدير : قياس المسافة من نقطة سقوط الكرة إلى أقرب ٢٥ سم .

البداية

١٥٠سم	١٧٥سم	٢٠٠سم	٢٢٥سم	٢٥٠ سم	٢٧٥ سم	.....	.....	٤٠٠سم



مثال : رمى خالد الكرة مسافة (٣٧٥ سم) وكان أحسن أداء (٤٠٠ سم) وكان الاختبار من ٥٠ درجة فكم تكون درجة التلميذ خالد ؟

الحل : $\frac{٣٧٥}{٤٠٠} \times ٢٥ = ٢٣$ **درجة التلميذ خالد**

القياس الثاني

اسم القياس: تنطيط الكرة بيد واحدة حول الموانع .

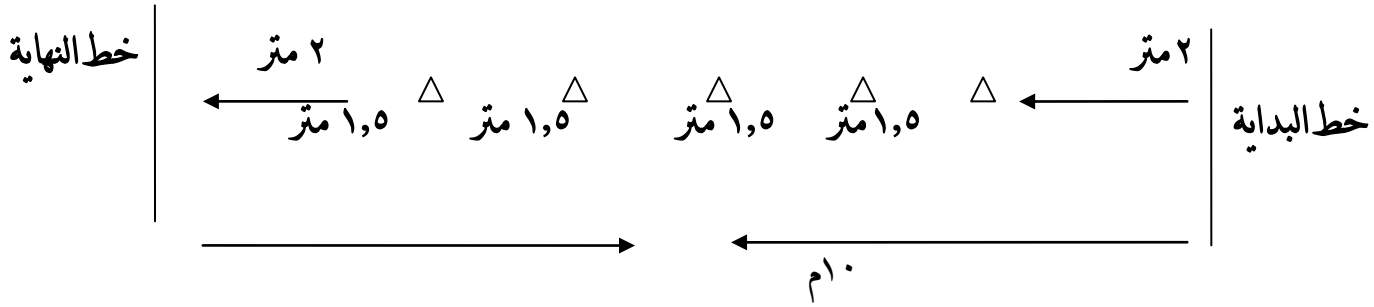
الغرض من القياس: قياس مهارة التنطيط .

الأدوات وتنظيمها : كرة متوسطة الحجم، ساعة إيقاف ،خمسة أقماع ، جير للتخطيط .

طريقة الأداء : يقف التلميذ خلف خط البداية وعند الإشارة يقوم التلميذ بتنطيط الكرة بيد واحدة حول الموانع .

أسلوب التقدير: يسجل الزمن الذي يقطعه التلميذ ويعطى محاولة ثانية في حال فقدان الكرة **وحسب المعادلة الآتية**

$$\frac{\text{أفضل زمن للطلبة}}{\text{زمن التلميذ}} \times ٢٥$$



القياس الثالث

اسم القياس : الوثب بالحبل الفردي .

الغرض من المسابقة : قياس مهارة الوثب .

الأدوات : ساعة إيقاف ، حبل فردي .

طريقة الأداء : يقوم التلميذ بالوثب بالحبل بالقدمين معا في المكان ولمدة ٣٠ ثانية .

أسلوب التقدير : تسجيل المحاولات الصحيحة خلال الزمن المحدد (٣٠ ثانية) وحسب المعادلة .

$$\frac{\text{عدد المحاولات الصحيحة للطالب}}{\text{أفضل محاولة لطلبة الصف}} \times ٢٥$$



القياس الرابع

اسم القياس: قياس مهارة التوازن .

الأدوات وتنظيمها : مقعد سويدي ، صافرة ، قطعة خشبية (٢٠×٢٠سم) .

الغرض من القياس : قياس مهارة الاتزان .

طريقة الأداء : يوضع مقعد سويدي معكوس على الأرض ويقوم التلميذ بوضع القطعة الخشبية على رأسه والمشي على المقعد المعكوس من بدايته وحتى نهايته .

أسلوب التقدير : يعطى التلميذ ٥ محاولات .على كل محاولة صحيحة يُعطى ٥ درجات ، وإذا سقط التلميذ أو القطعة الخشبية على الأرض يعطى ٣ درجات فقط .



القياس الخامس

اسم القياس: نصف وقوف على اليدين .

الأدوات : ساعة إيقاف .

الغرض من القياس : قياس مهارة نصف الوقوف على اليدين .

طريقة الأداء : يقوم التلميذ بأداء مهارة نصف الوقوف على اليدين ويتم ملاحظة وضع الجسم واتزانه .

أسلوب التقدير : قياس زمن ثبات التلميذ لعدد ١٠ ثوان ولكل ثانية ثبات يعطى التلميذ ٢,٥ درجة.



القياس السادس

اسم القياس : وثبة الضفدع .

الأدوات وتنظيمها : ساعة إيقاف- جير للتخطيط ، خط بداية ونهاية بينهما مسافة ١٠ أمتار .

الغرض من القياس : قياس مهارة وثبة الضفدع .

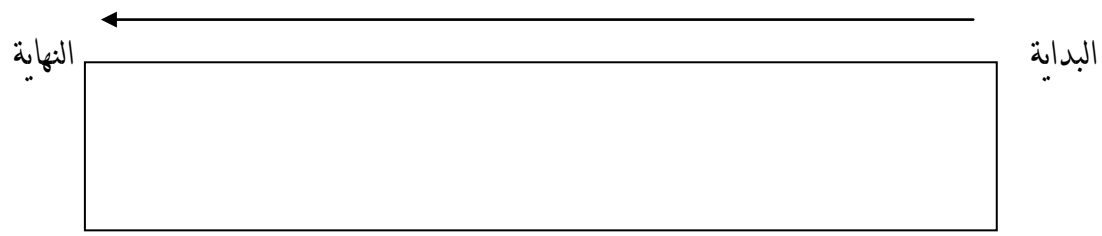
طريقة الأداء : يقف التلميذ خلف خط البداية وعند سماع الإشارة يقوم بأداء وثبة الضفدع السريعة حتى خط النهاية .

أسلوب التقدير : قياس الزمن الذي قطعه التلميذ من خط البداية وحتى خط النهاية مع الأداء الصحيح للوثبة وذلك **حسب المعادلة الآتية :**

$$\frac{\text{أحسن زمن لطلبة الصف}}{\text{زمن التلميذ}} \times ٢٥$$

مثال : أدّى خالد وثبة الضفدع لمسافة ١٠ أمتار بزمن قدرة (٧ ثوان) وكان الزمن المثالي (٥ ثوان) وكان الاختبار من ٥٠ درجة فكم تكون درجة التلميذ خالد ؟

الحل : $\frac{٥}{٧} \times ٢٥ = \frac{١٢٥}{٧} = ١٨$ **هي درجة التلميذ خالد**



القياس الأول

اسم القياس: الجري الحركي المكوكي (الارتدادي)

الغرض من القياس : قياس مهارة الجري .

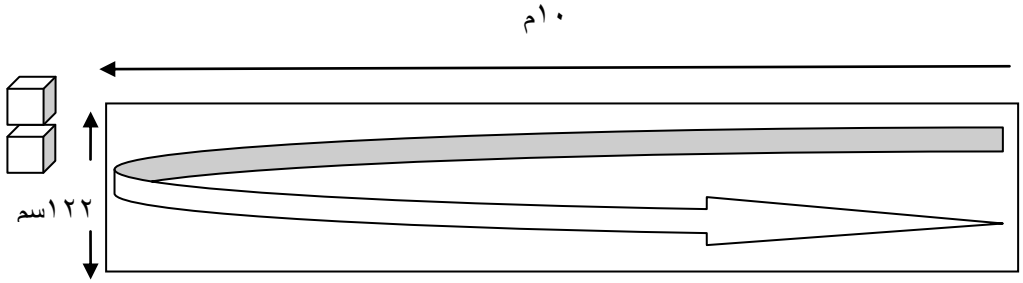
الأدوات وتنظيمها : ساعة إيقاف ، مكعبين من خشب ، جير للتخطيط .

طريقة الأداء : يَرسم على الأرض خطين متوازنين المسافة بينهما ١٠أمتار . يعتبر أحدهما خط بداية والثاني خط نهاية .

يضع خلف خط النهاية مكعب الخشب . يقف التلميذ خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم بالجري متجها إلى مكعب الخشب الموجود خلف النهاية حيث يقوم بالتقاط أحدهما والعودة به ، يضعه خلف خط البداية ، يكرر هذا العمل لإحضار المكعب ووضعه بجانب الأول خلف خط البداية . إذ يكون قد قطع مسافة ٤٠مترا .

أسلوب التقدير: يسجل الزمن الذي قطع فيه التلميذ الأشواط الأربعة من لحظة صدور إشارة البدء حتى لحظة وضع المكعب الثاني خلف خط البداية . وتحسب معادلة الزمن

$$\frac{\text{أحسن زمن لطلبة الصف}}{\text{زمن التلميذ}} \times ٢٥$$



القياس الثاني

اسم القياس: العدو (الجري) المتعرج

الغرض من القياس: قياس مهارة العدو .

الأدوات وتنظيمها : ساعة إيقاف ، ٥أقماع ، مقعد سويدي ، كرة متوسطة، مرتبة، جير للتخطيط .

يخط طريق السباق حسب الشكل الموضح (المسافة بين الأقماع متر واحد مسافة ٦٠مترا .

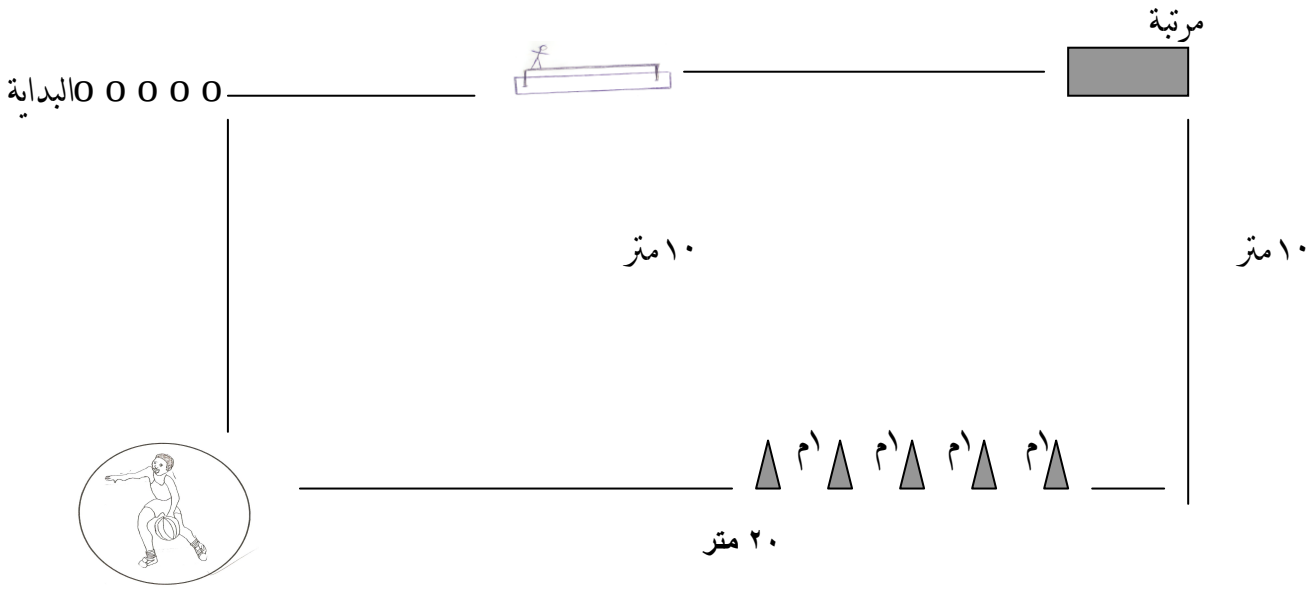
تخطط في شكل متعرج ،في البداية توضع المرتبة .وبعد مسافة٠ ٢مترا توضع الأقماع ،بين القمع والآخر مسافة ٢متر .وبعد مسافة ٢٠مترا توضع المقاعد السويدية أو الحواجز البديلة، بين كل منها مسافة ٤أمتار، والعودة إلى خط البداية كما هو موضح في الشكل .

طريقة الأداء : عند الإشارة يبدأ التلميذ بالجري نحو المقعد السويدي المعكوس ، ويجري نحو مرتبة الجمباز ليؤدي الدحرجة الأمامية .ثم يجري حتى يصل الأقماع الخمسة ،ثم يقوم بالجري المتعرج بينها ، ثم يستمر بالجري حتى يصل إلى كرة السلة، فيقوم بتنطيط الكرة خمس مرات ،ثم العودة لمكان بداية السباق .

شروط الأداء : إذا سقط عن المقعد السويدي يعيد السير عليه من البداية ، وأداء الدحرجة بالطريقة الصحيحة .

أسلوب التقدير : يسجل الزمن الذي أكمل به السباق من لحظة صدور إشارة البدء حتى وصوله خط البداية مرة أخرى . ويحسب بالمعادلة الآتية :

$$\frac{\text{أحسن زمن لطلبة الصف}}{\text{زمن التلميذ}} \times ٢٥$$



القياس الثالث

اسم القياس: الاتزان

الغرض من القياس: قياس مهارة الاتزان .

الأدوات وتنظيمها : ساعة إيقاف ، أرض مسطحة أو ملساء .

طريقة الأداء : عند إشارة البدء يتم أخذ وضع الاتزان بالارتكاز على قدم وفرد الأخرى خلفا مع رفع الذراعين جانبا مع محاولة الاحتفاظ بالتوازن قدر المستطاع دون حركة .

ينتهي القياس إذا:

أ- تحريك القدم المستخدمة عن موضعها .

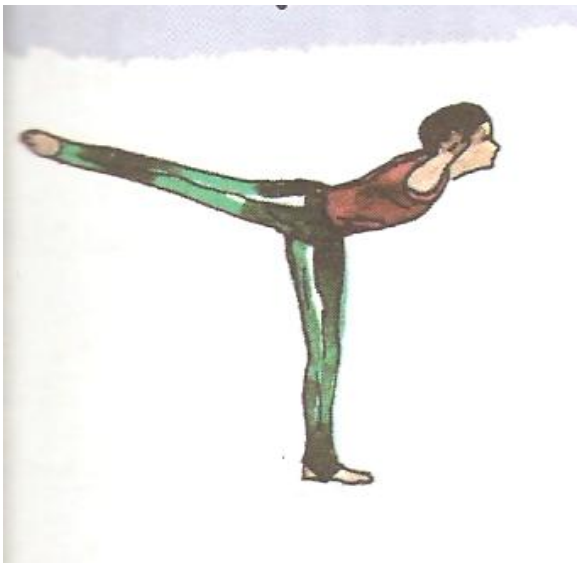
ب- لمس الكعب المرفوع للأرض .

ج- تحريك اليدين على الفخذ .

أسلوب التقدير : يتم تسجيل عدد الثواني التي حافظ التلميذ فيها على اتزانه على القدم المختارة منذ بداية الاختبار حتى انتهائه .

لكل طالب محاولتان . يحتسب أفضل زمن لأي منهما . وتعطى الدرجة حسب المعادلة الآتية :

$$\frac{\text{زمن التلميذ}}{\text{أحسن زمن لتلاميذ الصف}} \times ٢٥$$



القياس الرابع

اسم القياس : التصويب على الهدف من الأمام بعد المحاورة .

الغرض من القياس : قياس مهارة التصويب .

الأدوات وتنظيمها : كرة متوسطة ، خمسة أقماع ، ساعة إيقاف ، جير للتخطيط ، شريط متري، حلق سلة أو حامل في نهايته حلق .

طريقة الأداء : توضع خمسة أقماع على الأرض ، بحيث تكون كل الأقماع على خط مستقيم واحد ، والمسافة بين كل قمعين (١,٥) متر ، والمسافة بين القمع الأول ومكان البداية (٢) متر، و المسافة بين القمع الأخير وقوس التصويب (٢) متر ، ارتفاع حلق السلة عن الأرض (٢) متر ، والمسافة بين قوس التصويب وحلق السلة ٢ متر .

يقف التلميذ ومعه الكرة خلف خط البداية عند سماع الإشارة يقوم التلميذ بتنطيط الكرة مع الجري على شكل متعرج بين الأقماع حتى يصل لخط التصويب ثم يقوم بتصويب الكرة على الهدف بيد واحدة .

يمنح التلميذ محاولتين في التصويب فقط (الأولى من الحركة بعد تعدية الأقماع ،والثانية من الثبات وبعد التصويبة الأولى ومن خارج القوس) .

أسلوب التقدير : يحسب أقل زمن من خط البداية وحتى التصويب . حسب معادلة الزمن ولها (٥) درجات

يعطى التلميذ (١٠) درجات لكل كرة تدخل السلة .

يعطى التلميذ (٧) درجات لكل كرة تلمس حلقة الهدف ،أو لوح السلة ولا تدخل السلة .

يعطى التلميذ (٥) درجات للكرة التي لا تلمس اللوح والحلق .

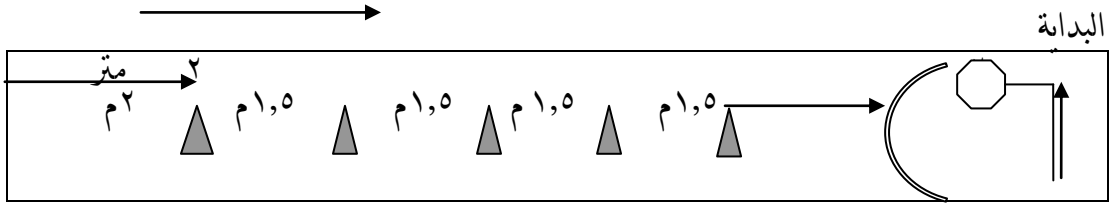
درجة التلميذ تساوي مجموع النقاط التي حصل عليها في المحاولتين .

يرسم قوس يبعد عن حلق السلة ٢ متر ، وفي حال حصل التلميذ على(٥) درجات في السرعة ونجح في تصويب الرميتين يستحق العلامة الكاملة (٢٥) درجة .

ترمى الكرة الأولى بعد تعدية الأقماع ومن الحركة، وتصويب الكرة الثانية يكون من وضع الثبات ومن خارج القوس . **معادلة الزمن :**

زمـــــن التلميذ ×الدرجة (٥)

أحسن زمن لطلبة الصف



القياس الخامس

اسم القياس : الشقلبة الخلفية المكورة

الغرض من القياس: قياس مهارة الشقلبة الخلفية .

الأدوات وتنظيمها : مراتب عدد ٢ توضع بالطول .

طريقة الأداء : أداء فردي لكل طالب ، يجلس التلميذ (قرفصاء) والظهر مواجه للمرتبة يؤدي الشقلبة الخلفية مرتين متتاليتين تنتهي بالوقوف، والذراعان عاليا .

أسلوب التقدير :

- شقلبتين خلفيتين تنتهيان بالوقوف– الذراعان عاليا – والثبات يعطى التلميذ (٢٥) درجة .
- شقلبتين خلفيتين دون الوقوف يعطى التلميذ (٢٠) درجة .
- شقلبة خلفية صحيحة والأخرى خاطئة (١٥) درجة .
- عدم القدرة على أداء الشقلبة الخلفية بالطريقة الصحيحة (١٠) درجات .

