



سُلْطَنَةُ عُومَانَ
وَدَارَةُ التَّرْبِيَةِ وَالتَّحْلِيلِيَّةِ
الْمَلِكِيَّةِ الْعَامَّةِ لِتَطْوِيرِ الْمَبَاهِجِ

النشرة التوجيهية لمادة

الرياضة المدرسية

م ٢٠١٧/٢٠١٦

الصفحة	الموضوع
٣	المقدمة
٤	إرشادات عامة
٦	الحلقة الأولى من التعليم الأساسي
٦	الكتب الدراسية المعتمدة وعدد الحصص الدراسية الأسبوعية
٧	الخطة السنوية المقترحة لمناهج الحلقة الأولى
٧	الخطة المقترحة للصف الأول
٨	الخطة المقترحة للصف الثاني
٩	الخطة المقترحة للصف الثالث
١٠	الخطة المقترحة للصف الرابع
١١	تعديلات في مناهج الحلقة الأولى
١٢	الحلقة الثانية من التعليم الأساسي
١٢	الكتب الدراسية المعتمدة وعدد الحصص للحلقة الثانية
١٣	الخطة السنوية المقترحة لمناهج الحلقة الثانية
١٣	الخطة المقترحة للصف الخامس
١٤	الخطة المقترحة للصف السادس
١٥	الخطة المقترحة للصف السابع
١٦	الخطة المقترحة للصف الثامن
١٧	الخطة المقترحة للصف التاسع
١٨	الخطة المقترحة للصف العاشر
١٩	تعديلات في مناهج الحلقة الثانية
٢١	مرحلة ما بعد التعليم الأساسي
٢١	الكتب الدراسية المعتمدة وعدد الحصص الدراسية الأسبوعية
٢٢	الخطة السنوية المقترحة لمناهج التعليم ما بعد الأساسي
٢٢	الخطة المقترحة للصف الحادي عشر
٢٣	الخطة المقترحة للصف الثاني عشر
٢٤	تعديلات في مناهج التعليم ما بعد الأساسي
٢٤	تعديلات في قوانين بعض الألعاب الرياضية

المقدمة :

النشرة التوجيهية الأولى لمادة الرياضة المدرسية للعام الدراسي ٢٠١٦م/٢٠١٧م

يأتي إصدار النشرة التوجيهية لمادة الرياضة المدرسية مع بداية كل عام دراسي، بهدف
ملاءمة المناهج مع الخطة الدراسية، وتزويد المشرفين والمعلمين بالمستجدات التي قد تطرأ
على المادة الدراسية، كما تشمل على قائمة الأدلة والكتب الدراسية المقررة لهذا العام،
والخطط الدراسية المقترحة لمناهج الصفوف من (١-١٢)، وبعض التعديلات في مناهج بعض
الصفوف .

ونحن نشكر الجهود التي تمت في سبيل تطوير مادة الرياضة المدرسية بما يخدم تحقيق أهدافها،
ومنها قيام الوزارة بتخصيص بند مالي ضمن ميزانية المدرسة لشراء الأدوات المستهلكة
لمواد المهارات الفردية بما فيها مادة الرياضة المدرسية، مما يكفل إيجاد حلول إجرائية
للصعوبات التي تواجهها المادة ويسهم في توفير البيئة المدرسية المناسبة للمتعلم والتي تضمن
تفاعله في حصة الرياضة المدرسية .

ويسرنا أن نضع بين أيديكم النشرة التوجيهية للمادة لهذا العام الدراسي آمليين أن تحقق
الأهداف المرجوة منها .

الإرشادات العامة:

- أهمية الاطلاع والعمل على تنفيذ ما ورد في هذه النشرة.
- أهمية متابعة مشرفي المادة لما ورد في النشرات السابقة من تعديلات ومتابعة تنفيذ المعلمين لها.
- ضرورة الاطلاع على المستجدات الحديثة لقوانين الألعاب والمسابقات الرياضية (ألعاب القوى، كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة، كرة اليد).
- العمل بما ورد في الخطط الدراسية لتوزيع الدروس للعام الدراسي ٢٠١٦م / ٢٠١٧م للصفوف الدراسية من (١-١٢).
- متابعة توفر دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف الأول وللصف الثاني وللصف الثالث طبعة ٢٠١٦م في المدارس، حيث تم فصل الدليل السابق للصفوف الثلاثة.
- متابعة توفر الوسائل التعليمية والأدوات والأجهزة الرياضية التي يتطلبها تنفيذ مناهج المادة، والاستفادة من البند المالي المخصص من ميزانية المدرسة لشراء الأدوات المستهلكة لمواد المهارات الفردية.
- التأكد من تفعيل المعلمين للفيلم التعليمي الخاص بمهارات ألعاب القوى (البدء المنخفض - الوثب العالي بالطريقة الظهرية - دفع الجلة) في الصفوف من (٥-١٢).
- ضرورة مراعاة عدم توزيع حصص مادة الرياضة المدرسية في الحصة الأخيرة ضمن الجدول المدرسي، خاصة في المدارس التي لا توجد مظلات في ملاعبها.

- أهمية تعاون ادارت المدارس في توفير الأماكن المخصصة لحفظ الأدوات والأجهزة الرياضية،
حفاظاً عليها من التعرض للتلف .

كما يطيب لنا استقبال استفساراتكم فيما يتعلق بمناهج المادة، وما قد يواجه البعض من
صعوبات حيال تنفيذها، ونتمن ملاحظتكم واقتراحاتكم البناءة .

الحلقة الأولى (الصفوف من الأول إلى الرابع)

الكتب الدراسية المعتمدة وعدد الحصص للحلقة الأولى :

السنة	الطبعة	عنوان الكتاب	عدد الحصص الدراسية المقررة لمدارس التعليم الأساسي		الصف
			ذات الفترتين	ذات الفترة الواحدة	
٢٠١٦ م	الثالثة	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف الأول .	١	٢	الأول
		دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف الثاني .	١	٢	الثاني
		دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف الثالث .	١	٢	الثالث
٢٠١٦ م	التجريبية	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف الرابع .	١	٢	الرابع

الخطة السنوية المقترحة لمناهج الحلقة الأولى (الصفوف من الأول إلى الرابع):

الخطة المقترحة للصف الأول:

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص في الشهر	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	اعرف جسمي	حصتان	١٢ حصة	
	سبتمبر	اعرف جسمي	٦ حصص		
	أكتوبر	اعرف جسمي	٤ حصص		
	نوفمبر	هيا بنا نط ونجمل	٤ حصص	١٢ حصة	
		هيا بنا نط ونجمل	٨ حصص		
	ديسمبر	أمسك الكرة وأرميها	٨ حصص	١٢ حصة	
		أمسك الكرة وأرميها	٤ حصص		
			قياس وتقويم	٤ حصص	
الثاني	فبراير	أرمي الكرة وأركلها	٤ حصص	٨ حصص	
		أرمي الكرة وأركلها	٤ حصص		
	مارس	الإدراك الحركي	٤ حصص	١٠ حصص	
		الإدراك الحركي	٦ حصص		
	أبريل	هيا بنا نلعب وتشقلب	٢ حصص	٨ حصص	
		هيا بنا نلعب وتشقلب	٦ حصص		
			قياس وتقويم	حصتان	

ملاحظة:

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (١٠٣) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٩) يوم .

الخطة المقترحة للصف الثاني :

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص في الشهر	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	أنا أثب واحجل	حصتان	١٢ حصة	
	سبتمبر	أنا أثب واحجل	٦ حصص		
	أكتوبر	أنا أثب واحجل	٤ حصص		
	نوفمبر	أرمي الكرة وامسكها	٤ حصص	١٢ حصة	
		أرمي الكرة وامسكها	٨ حصص		
	ديسمبر	أضرب الكرة واركلها	٨ حصص	١٢ حصة	
		أضرب الكرة واركلها	٤ حصص		
			قياس وتقييم	٤ حصص	
	الثاني	فبراير	حركات الاتزان	٤ حصص	٨ حصص
		مارس	حركات الاتزان	٤ حصص	
ابريل		الإدراك الحركي	٤ حصص	١٠ حصص	
		الإدراك الحركي	٦ حصص		
مايو		الشقلبة والاتزان	٢ حصص	٨ حصص	
		الشقلبة والاتزان	٦ حصص		
		قياس وتقييم	حصتان		

ملاحظة :

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (١٠٣) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٩) يوم .

الخطة المقترحة للصف الثالث :

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص في الشهر	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	أنا أضرب الكرة	حصتان	١٢ حصة	
	سبتمبر	أنا أضرب الكرة	٦ حصص		
	أكتوبر	أنا ألعب بالكرة	٤ حصص		
			أنا ألعب بالكرة	٤ حصص	١٢ حصة
	نوفمبر	أنا أثب وألعب	٨ حصص		
	ديسمبر	أنا أثب وألعب	٨ حصص	١٢ حصة	
	يناير	أنا أثب وألعب	٤ حصص		
			قياس وتقويم	٤ حصص	
	الثاني	فبراير	التوازن	٤ حصص	٨ حصص
		مارس	التوازن	٤ حصص	
		الإدراك الحركي	٤ حصص	١٠ حصص	
ابريل		الإدراك الحركي	٦ حصص		
		هيا بنا نلعب	٢ حصص	٨ حصص	
مايو		هيا بنا نلعب	٦ حصص		
			قياس وتقويم	حصتان	

ملاحظة :

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (١٠٣) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٩) يوم .

الخطة المقترحة للصف الرابع :

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص في الشهر	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	سباقات ومسابقات	حصتان	١٢ حصة	
	سبتمبر	سباقات ومسابقات	٦ حصص		
	أكتوبر	سباقات ومسابقات	٤ حصص		
	نوفمبر	التمرينات والعروض الرياضية	٤ حصص	١٢ حصة	
		التمرينات والعروض الرياضية	٨ حصص		
	ديسمبر	الطلاقة الحركية	٨ حصص	١٢ حصة	
		الطلاقة الحركية	٤ حصص		
			قياس وتقويم	٤ حصص	
	الثاني	فبراير	ألعاب الكرات	٦ حصص	١٠ حصص
		مارس	ألعاب الكرات	٤ حصص	
ابريل		الشقلبة والاتزان	٤ حصص	١٠ حصص	
		الشقلبة والاتزان	٦ حصص		
مايو		التربية الصحية	٢ حصص	٨ حصص	
		التربية الصحية	٦ حصص		
			قياس وتقويم	حصتان	

ملاحظة :

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (١٠٣) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٩) يوم .

تعديلات في مناهج الحلقة الأولى (الصفوف من الأول إلى الرابع):

ملاحظات	التعديل	الموضوع	الوحدة	الصف
	يحذف موضوع الزحف الجانبي (الزحقة الجانبية) ، بجيث تحتوي الوحدة على الموضوعات التالية : _ اتزان الجسم . _ اللعب في الفراغ .	الزحف الجانبي	حركات الاتزان	الثاني
	تحذف الجزئية المتعلقة بتقليد الطالب لمشية الغوريلا .	حركات متنوعة	الإدراك الحركي	
	تحذف الجزئية المتعلقة بتقليد الطالب لمشية الأسير .	البراعة الحركية الفردية	هيا بنا نلعب	الثالث

الحلقة الثانية (الصفوف من الخامس إلى العاشر) :

الكتب الدراسية المعتمدة وعدد الحصص للحلقة الثانية :

السنة	الطبعة	عنوان الكتاب	عدد الحصص الدراسية المقررة		الصف
			لمدارس التعليم الأساسي	لمدارس التعليم الأساسي	
			ذات الفترتين	ذات الفترة الواحدة	
٢٠١٥م	الثانية	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف الخامس .	١	٢	الخامس
٢٠١٥م	التجريبية	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف السادس .	١	٢	السادس
٢٠١٥م	التجريبية	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف السابع .	١	١	السابع
٢٠١٥م	التجريبية	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف الثامن .	١	١	الثامن
٢٠١٥م	التجريبية	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف التاسع .	١	١	التاسع
		كتاب الطالب الرياضة المدرسية للصف التاسع .			
٢٠١٦م	الأولى	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف العاشر .	١	١	العاشر
٢٠١٦م	التجريبية	كتاب الطالب الرياضة المدرسية للصف العاشر .			

الخطة السنوية المقترحة لمناهج الحلقة الثانية (الصفوف من الخامس إلى العاشر):

الخطة المقترحة للصف الخامس:

إجمالي عدد الحصص للوحدة	عدد الحصص في الشهر	الوحدة	الشهر	الفصل الدراسي
١٠ حصص	حصتان	رياضات القوى	أغسطس	الأول
	٦ حصص	رياضات القوى	سبتمبر	
	حصتان	رياضات القوى	أكتوبر	
١٠ حصص	٦ حصص	كرة القدم / تدريبات فنية	نوفمبر	
	٤ حصص	كرة القدم / تدريبات فنية		
١٠ حصص	٤ حصص	الكرة الطائرة	ديسمبر	
	٦ حصص	الكرة الطائرة		
حصتين		قياس وتقييم		
حصتين		قياس وتقييم	يناير	
٨ حصص	٤ حصص	الجمباز	فبراير	
	٤ حصص	الجمباز	مارس	
٨ حصص	٤ حصص	كرة السلة	أبريل	
	٤ حصص	كرة السلة		
٨ حصص	٤ حصص	كرة اليد	مايو	
	٤ حصص	كرة اليد		
حصتين		قياس وتقييم		

ملاحظة:

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (٨٦) يوم، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٢) يوم .

الخطة المقترحة للصف السادس :

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص في الشهر	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	رياضات القوى	حصتان	١٠ حصص	
	سبتمبر	رياضات القوى	٦ حصص		
	أكتوبر	رياضات القوى	حصتان		
	نوفمبر	كرة القدم / تمرينات فنية	٦ حصص	١٠ حصص	
			٤ حصص		
	ديسمبر	الكرة الطائرة	٤ حصص	١٠ حصص	
			٦ حصص		
			قياس وتقويم	حصتين	
		يناير	قياس وتقويم	حصتين	
	الثاني	فبراير	الجمباز	٤ حصص	٨ حصص
الجمباز			٤ حصص		
ابريل		كرة السلة	٤ حصص	٨ حصص	
		كرة السلة	٤ حصص		
مايو		كرة اليد	٤ حصص	٨ حصص	
		كرة اليد	٤ حصص		
			قياس وتقويم	حصتين	

ملاحظة :

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (٨٦) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٢) يوم .

الخطة المقترحة للصف السابع:

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص في الشهر	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	رياضات القوى	حصة واحدة	٦ حصص	
	سبتمبر	رياضات القوى	٣ حصص		
	أكتوبر	رياضات القوى	حصة واحدة		
	نوفمبر	كرة القدم / تمارين فنية	حصة واحدة	٤ حصص	
		كرة القدم / تمارين فنية	حصة واحدة		
	ديسمبر	الكرة الطائرة	حصة واحدة	٤ حصص	
		الكرة الطائرة	حصة واحدة		
			قياس وتقويم	حصة واحدة	
		يناير	قياس وتقويم	حصة واحدة	
	الثاني	فبراير	كرة السلة	حصة واحدة	٥ حصص
مارس		كرة السلة	٣ حصص		
أبريل		كرة اليد	حصة واحدة	٦ حصص	
		كرة اليد	٤ حصص		
		كرة اليد	حصة واحدة		
			قياس وتقويم	حصة واحدة	

ملاحظة:

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (٨٦) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٢) يوم .

الخطة المقترحة للصف الثامن :

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص في الشهر	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	رياضات القوى	حصة واحدة	٦ حصص	
	سبتمبر	رياضات القوى	٣ حصص		
	أكتوبر	رياضات القوى	حصتان		
	نوفمبر	كرة القدم / تمرينات فنية	حصتان	٤ حصص	
			حصتان		
	ديسمبر	الكرة الطائرة	حصتان	٤ حصص	
			حصتان		
			قياس وتقويم	حصتين	
	يناير	قياس وتقويم	حصة واحدة		
	الثاني	فبراير	كرة السلة	حصتين	٥ حصص
مارس		كرة السلة	٣ حصص		
ابريل		كرة اليد	حصة واحدة	٦ حصص	
			٤ حصص		
			حصة واحدة		
مايو		كرة اليد	حصة واحدة		
		قياس وتقويم	حصتين		

ملاحظة :

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (٨٦) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٢) يوم .

الخطة المقترحة للصف التاسع :

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص في الشهر	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	رياضات القوى	حصة واحدة	٦ حصص	
	سبتمبر	رياضات القوى	٣ حصص		
	أكتوبر	رياضات القوى	حصة واحدة		
	نوفمبر	كرة القدم / تمارين فنية	حصة واحدة	٤ حصص	
		كرة القدم / تمارين فنية	حصة واحدة		
	ديسمبر	الكرة الطائرة	حصة واحدة	٤ حصص	
		الكرة الطائرة	حصة واحدة		
			قياس وتقويم	حصتين	
		يناير	قياس وتقويم	حصة واحدة	
	الثاني	فبراير	كرة السلة	حصتين	٥ حصص
مارس		كرة السلة	٣ حصص		
ابريل		كرة اليد	حصة واحدة	٦ حصص	
		كرة اليد	٤ حصص		
		كرة اليد	حصة واحدة		
			قياس وتقويم	حصتين	

ملاحظة :

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (٨٦) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٢) يوم .

الخطة المقترحة للصف العاشر :

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص في الشهر	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	رياضات القوى	حصة واحدة	٦ حصص	
	سبتمبر	رياضات القوى	٣ حصص		
	أكتوبر	رياضات القوى	حصة واحدة		
	نوفمبر	كرة القدم / التمرينات الفنية	حصة واحدة	٤ حصص	
		كرة القدم / التمرينات الفنية	حصة واحدة		
	ديسمبر	الكرة الطائرة	حصة واحدة	٤ حصص	
		الكرة الطائرة	حصة واحدة		
			قياس وتقويم	حصة واحدة	
		يناير	قياس وتقويم	حصة واحدة	
	الثاني	فبراير	كرة السلة	حصة واحدة	٥ حصص
مارس		كرة السلة	٣ حصص		
أبريل		كرة اليد	حصة واحدة	٦ حصص	
		كرة اليد	٤ حصص		
		كرة اليد	حصة واحدة		
			قياس وتقويم	حصة واحدة	

ملاحظة :

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (٨٦) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٢) يوم .

تعديلات في مناهج الحلقة الثانية (الصفوف من الخامس إلى العاشر):

ملاحظات	التعديل	الموضوع	الوحدة	الصف
	يدمج درسي (البداء المنخفض) و(العدو ٥٠-٧٥ م) في درس واحد .	_ البدء المنخفض _ العدو (٥٠-٧٥ م) .	ألعاب القوى	الخامس
	يحذف هذا الموضوع ويستبدل بمراجعة للدرجات الأمامية والخلفية .	- الوقوف على الرأس	الجمباز	
	يحذف هذا الموضوع، وتُضاف الحصة المخصصة له إلى موضوع الوثب العالي بالطريقة الظهريّة .	- المشي الرياضي	رياضات القوى	السابع
	تحذف وحدة الجمباز للصفوف من (٧-١٠) ، على أن يتم توزيع حصصها على وحدتي كرة السلة وكرة اليد إضافة درس يخصص ل(التطبيقات والمنافسات العملية) في كل وحدة .	-	الجمباز	الصفوف (٧-١٠)
	- يتم تدريس مهارة الإعداد للخلف بدون السقوط . - يتم تدريس مهارة الدفاع باليدين من أسفل بدون السقوط .	- الإعداد من السقوط للخلف . - الدفاع باليدين من أسفل من السقوط .	الكرة الطائرة	التاسع

ملاحظات	التعديل	الموضوع	الوحدة	الصف
يضاف درس مهارة التصويب بالوثب العالي (بـنفس) تفصيله في الصف الثامن مع إمكانية إضافة تدريبات للطلبة لإتقان المهارة).	يتم دمج درسي التميررة البندولية للخلف وللجانب في درس واحد .	- التميررة البندولية للخلف . - التميررة البندولية للجانب .	كرة اليد	
	تدرس مهارة التصويب الأمامي بدون السقوط .	التصويب بالسقوط الأمامي .	كرة اليد	العاشر

التعليم ما بعد الأساسي (الصفين الحادي عشر والثاني عشر) :

الكتب الدراسية المعتمدة وعدد الحصص للتعليم ما بعد الأساسي :

السنة	الطبعة	عنوان الكتاب	عدد الحصص الدراسية المقررة لمدارس التعليم ما بعد الأساسي		الصف
			ذات الفترتين	ذات الفترة الواحدة	
٢٠١٥ م	الأولى	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف الحادي عشر.	٤	٤	الحادي عشر
		كتاب الطالب الرياضة المدرسية للصف الحادي عشر.			
٢٠١٥ م	الأولى	دليل المعلم لمادة الرياضة المدرسية للصف الثاني عشر.	٤	٤	الثاني عشر
		كتاب الطالب الرياضة المدرسية للصف الثاني عشر.			

الخطة السنوية المقترحة لمناهج التعليم ما بعد الأساسي:

الخطة المقترحة للصف الحادي عشر:

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	الإعداد البدني	٤ حصص	١٤ حصة	
	سبتمبر	الإعداد البدني	١٠ حصص		
	أكتوبر	مسابقات الميدان والمضمار	حصتان	١٤ حصة	
		مسابقات الميدان والمضمار	١٤ حصة		
	نوفمبر	كرة القدم للبنين / تمارين فنية للبنات	حصتان	١٤ حصة	
		كرة القدم للبنين / تمارين فنية للبنات	١٤ حصة		
	ديسمبر	التنظيم والإدارة في الرياضة المدرسية	حصتان	١٤ حصة	
		التنظيم والإدارة في الرياضة المدرسية	١٤ حصة		
			قياس وتقييم	حصتين	
		يناير	قياس وتقييم	٤ حصص	
الثاني	فبراير	الكرة الطائرة	٨ حصص	٨ حصص	
	مارس	كرة السلة	١٤ حصة	١٤ حصة	
		كرة اليد	حصتان		
	أبريل	كرة اليد	١٢ حصة	١٤ حصة	
		الثقافة والوعي الصحي	٤ حصص		
	مايو	الثقافة والوعي الصحي	٨ حصص	١٢ حصة	
		قياس وتقييم	٤ حصص		

ملاحظة:

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (٨٦) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٢) يوم .

الخطة المقترحة للصف الثاني عشر :

الفصل الدراسي	الشهر	الوحدة	عدد الحصص	إجمالي عدد الحصص للوحدة	
الأول	أغسطس	اللياقة البدنية	٤ حصص	١٤ حصة	
	سبتمبر	اللياقة البدنية	١٠ حصص		
	أكتوبر	مسابقات الميدان والمضمار	حصتان	١٤ حصة	
		مسابقات الميدان والمضمار	١٤ حصة		
	نوفمبر	كرة القدم للبنين / تمارين فنية للبنات	حصتان	١٤ حصة	
		كرة القدم للبنين / تمارين فنية للبنات	١٤ حصة		
	ديسمبر	التنظيم والإدارة في الرياضة المدرسية	حصتان	١٤ حصة	
		التنظيم والإدارة في الرياضة المدرسية	١٤ حصة		
			قياس وتقويم	حصتين	
		يناير	قياس وتقويم	٤ حصص	
الثاني	فبراير	الكرة الطائرة	٨ حصص	٨ حصص	
	مارس	كرة السلة	١٤ حصة	١٤ حصة	
		كرة اليد	حصتان		
	أبريل	كرة اليد	١٢ حصة	١٤ حصة	
		الثقافة والوعي الصحي	٤ حصص		
	مايو	الثقافة والوعي الصحي	٨ حصص	١٢ حصة	
		قياس وتقويم	٤ حصص		

ملاحظة :

عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الأول (٨٦) يوم ، بينما عدد الأيام الدراسية الفعلية للفصل الدراسي الثاني (٧٢) يوم .

تعديلات في مناهج التعليم ما بعد الأساسي :

ملاحظات	التعديل	الموضوع	الوحدة	الصف
	يحذف الموضوع ، بحيث تقتصر الوحدة على الموضوعات التالية : _ ألعاب الستار . _ خطط اللعب (دفاع المنطقة) .	إنشاء ملعب كرة السلة	كرة السلة	الثاني عشر

تعديلات في قوانين بعض الألعاب الرياضية:

على المعلمين والمعلمات اعتماد التعديلات الحديثة في قوانين بعض الألعاب الرياضية ويعمل بها في تدريس الوحدات الدراسية ويحذف كل ما يتعارض معها في القواعد القانونية المرتبطة بالمهارات العملية للصفوف من (٥-١٢) .

هذا وتمنى لكم عاما دراسيا سعيدا ، حافلا بالإنجاز والتقدم ، آملين منكم التواصل الدائم مع قسم تطوير مناهج الرياضة المدرسية للوقوف على الصعوبات التي تواجهكم في تدريس المواضيع المدرجة بالمنهج ، ومتابعة كل ما يتعلق بمتطلبات تنفيذه بصورة صحيحة (كالأجهزة والأدوات والوسائل التعليمية المناسبة ، وأدلة المعلمين وكتاب الطالب) ، كما نرحب بملاحظاتكم ومقترحاتكم التطويرية .

للتواصل مع أعضاء القسم عبر البريد الإلكتروني:

البريد الإلكتروني	أعضاء القسم
s.al-hashmi@moe.om	صالح الهاشمي
alyazh@yahoo.com	علياء الزيدية
x.z.x9@hotmail.com	سمير السليمي
d.moht@moe.om	داود البلوشي

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ