

# القياسات الحركية (الصف الأول)

## ملحق (١) :

### القياسات الحركية للصفوف من (٤-١)

#### قياسات الصف الأول

أولاً: القياسات المقترحة للوحدات الدراسية (الأولى، الثانية، الثالثة)

يتم تطبيق قياس واحد من القياسين الآتيين:

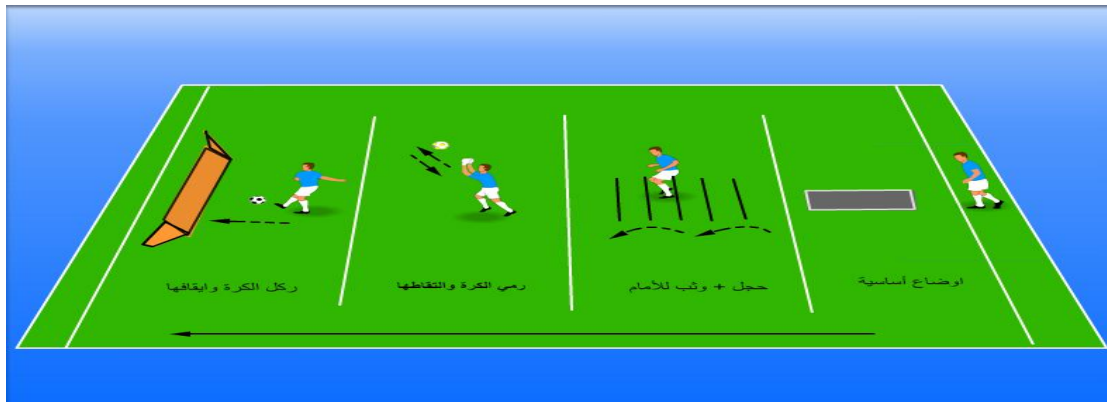
#### القياس الأول

- الغرض من القياس: قياس أداء (الأوضاع الأساسية + الحركات الأساسية)
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (١٥-٢٠) م يوضع فيه مرتبة، ثم تحديد (٥) خطوط على الأرض بينها مسافة (٥٠) سم، ثم وضع كرات على الأرض ثم مقعد سويدي بشكل جانبي على بُعد (٢) م.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم الطالب بأداء (٣) أوضاع أساسية في التمرينات على المرتبة -تحتها المعلمة- مع الثبات لمدة (٣ث) في كل وضع، ثم الحجل مرتين، ثم الوثب للأمام بالقدمين معاً (٣) مرات فوق الخطوط، ثم رمي الكرة لأعلى ولقفيها (٣) مرات، ثم ركل الكرة نحو المقعد السويدي وإيقافها (٣) مرات.
- أسلوب التقدير: يمنح الطالب محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل، على أن يتم تقييم الأداء الحركي للطالب في المسار وفقاً لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقاً للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الأوضاع الأساسية (٤) د | الحجل (٤) د | الوثب بالقدمين للأمام (٤) د | رمي الكرة ولقفيها (٤) د | ركل الكرة نحو المقعد وإيقافها (٤) د | المجموع (٢٠) د |
|---|------------|------------------------|-------------|-----------------------------|-------------------------|-------------------------------------|----------------|
| ١ |            |                        |             |                             |                         |                                     |                |
| ٢ |            |                        |             |                             |                         |                                     |                |

#### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح الطالب محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.



## القياسات الحركية للصفوف (٤-١) ٢٠٢٦م

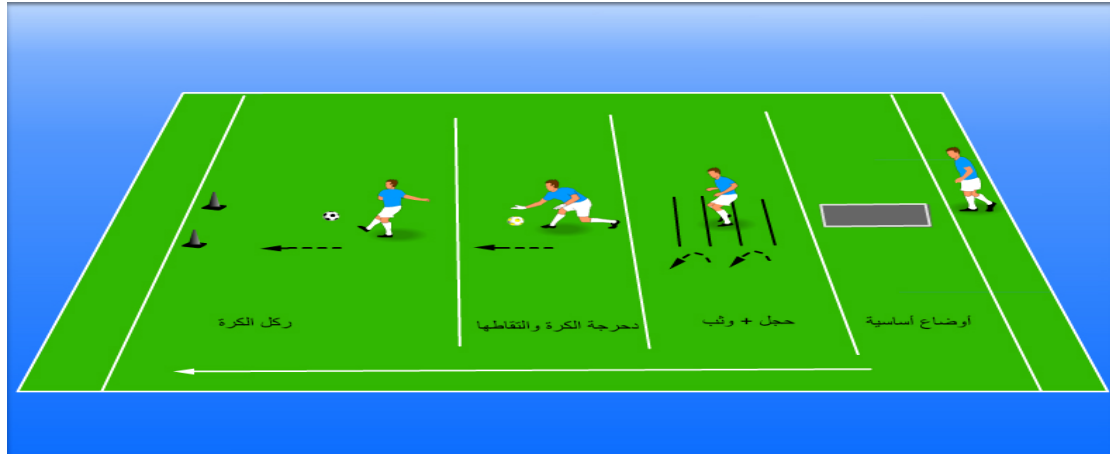
### القياس الثاني

- الغرض من القياس: قياس أداء (الأوضاع الأساسية + الحركات الأساسية)
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (١٥-٢٠) م، يوضع فيه مرتبة ثم تحديد خطوط على الأرض بينها مسافة (٥٠) سم، ثم وضع كرات على الأرض، ثم قمعين بينهما مسافة (١,٥) م على بُعد (٣) م.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم التلميذ بأداء (٣) أوضاع أساسية في التمرينات على المرتبة - تحدها المعلمة - مع الثبات لمدة (٣ ث) في كل وضع، ثم الحجل للأمام (٤) مرات، ثم الوثب للأعلى في المكان (٣) مرات، ثم درجة الكرة والتقاطها، ثم ركل الكرة وتصويبها بين القمعين.
- أسلوب التقدير: يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل، على أن يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقا للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الأوضاع الأساسية<br>(٤) د | الحجل<br>(٤) د | الوثب للأعلى<br>(٤) د | درجة الكرة والتقاطها<br>(٤) د | ركل الكرة بين القمعين<br>(٤) د | المجموع<br>(٢٠) د |
|---|------------|---------------------------|----------------|-----------------------|-------------------------------|--------------------------------|-------------------|
| ١ |            |                           |                |                       |                               |                                |                   |
| ٢ |            |                           |                |                       |                               |                                |                   |

### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.



ثانيًا: القياسات المقترحة للوحدات الدراسية (الرابعة، الخامسة، السادسة)

يتم تطبيق قياس واحد من القياسين الآتيين:

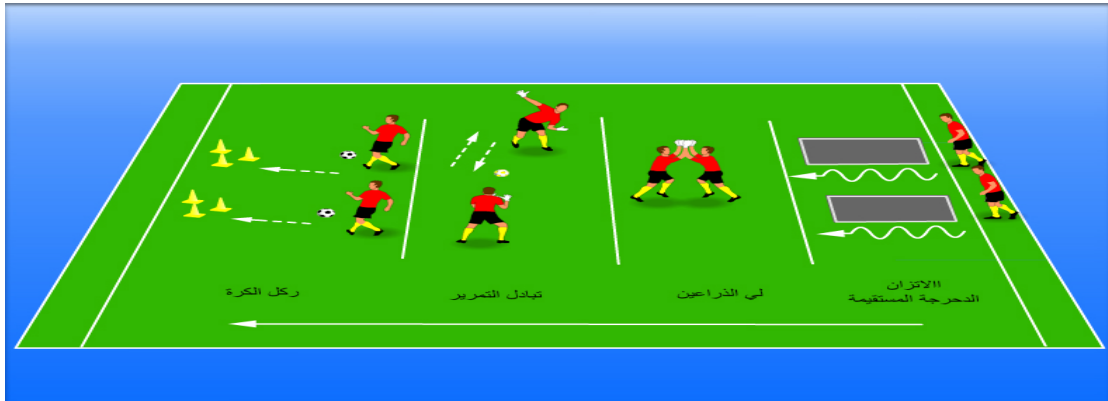
#### القياس الأول

- الغرض من القياس: قياس أداء (حركات الإدراك والطلاقة الحركية + مهارات الألعاب الرياضية).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (١٥-٢٠) م، يوضع فيه مراتب ثم كرات على الأرض، ثم أقماع على الأرض.
- طريقة الأداء: يقف تلميذان على خط البداية، ومع إشارة البدء يقوم كل تلميذ بأداء الاتزان على المرتبة - أنواع تحددها المعلمة - ثم أداء الدرجة الجانبية المستقيمة، ثم أداء لي الذراعين مع الزميل، ثم تبادل تمرير واستلام الكرة مع الزميل، ثم ركل الكرة وتصويبها نحو الأقماع.
- أسلوب التقدير: يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل، على أن يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقا للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الاتزان               |                         | الدرجة<br>الجانبية<br>المستقيمة<br>(٣) د | الأداء مع الزميل                  |                                       | ركل الكرة<br>وتصويبها<br>نحو الأقماع<br>(٥) د | المجموع<br>(٢٠) د |
|---|------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------|
|   |            | اتزن<br>ثابت<br>(٢) د | اتزان<br>متحرك<br>(٢) د |                                          | لي الذراعين<br>مع الزميل<br>(٤) د | تبادل رمي الكرة<br>مع الزميل<br>(٤) د |                                               |                   |
| ١ |            |                       |                         |                                          |                                   |                                       |                                               |                   |
| ٢ |            |                       |                         |                                          |                                   |                                       |                                               |                   |

#### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة القياس قبل التطبيق.
- يتم تقييم أداء تلميذين في نفس الوقت.



## القياس الثاني

- الغرض من القياس: قياس أداء (حركات الإدراك والطلاقة الحركية + مهارات الألعاب الرياضية).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (١٥-٢٠) م، توضع فيه مرتبة، ثم كرات على الأرض، ثم قمعين على الأرض بُعد (٣) م بينهما مسافة (١,٥) م.
- طريقة الأداء: يقف تلميذان على خط البداية، ومع إشارة البدء يقوم كل تلميذ بأداء الاتزان على المرتبة - أنواع تحددها المعلمة-، ثم أداء الدحرجة الأمامية، ثم أداء المشي على أربع، ثم تبادل تمرير واستلام الكرة مع الزميل ثم رمي الكرة لإصابة أهداف على مقعد سويدي، ثم تبادل ركل الكرة مع الزميل والتصويب بين القمعين.
- أسلوب التقدير: يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل، على أن يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقا للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الاتزان          |                   | الدحرجة الأمامية (٤) د | المشي على أربع (٤) د | الأداء مع الزميل                                      |                                                        | المجموع (٢٠) د |
|---|------------|------------------|-------------------|------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------|
|   |            | اتزان ثابت (٣) د | اتزان متحرك (٣) د |                        |                      | تمرير الكرة ثم التصويب نحو أهداف على مقعد سويدي (٣) د | تبادل ركل الكرة مع الزميل ثم تصويبها بين القمعين (٣) د |                |
| ١ |            |                  |                   |                        |                      |                                                       |                                                        |                |
| ٢ |            |                  |                   |                        |                      |                                                       |                                                        |                |

ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يتم تقييم أداء تلميذين في نفس الوقت.



# القياسات الحركية (الصف الثاني)

## القياسات الحركية للصفوف من (٤-١)

### قياسات الصف الثاني

أولاً: القياسات المقترحة للوحدات الدراسية (الأولى، الثانية، الثالثة)

يتم تطبيق قياس واحد من القياسين الآتيين:

#### القياس الأول

- الغرض من القياس: قياس أداء الحركات (الأوضاع الأساسية + الحركات الأساسية)
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (١٥-٢٠) م، يوضع فيه مراتب، ثم تحديد خطين بينها مسافة (٥) م، ثم قمعين بشكل متعرج، ثم كرات على الأرض.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم الطالب بأداء (٣) أوضاع المشتقة في التمرينات -يحددها المعلم- على المرتبة مع الثبات لمدة (٣ ث) في كل وضع، ثم أداء ركضة الحصان لمسافة (٥) م، ثم أداء الخطو الجانبي لمسافة (٥) م، ثم المراوغة ضد الأقماع (مرتين)، ثم تنطيط الكرة لمسافة (٥) أمتار، ثم ضرب الكرة للأعلى باليدين.
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للطالب في المسار وفقاً لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقاً للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الأوضاع المشتقة<br>(٤) د | ركضة الحصان والخطو الجانبي<br>(٤) د | المراوغة ضد الأقماع<br>(٤) د | تنطيط الكرة<br>(٤) د | ضرب الكرة باليدين للأعلى<br>(٤) د | المجموع<br>(٢٠) د |
|---|------------|--------------------------|-------------------------------------|------------------------------|----------------------|-----------------------------------|-------------------|
| ١ |            |                          |                                     |                              |                      |                                   |                   |
| ٢ |            |                          |                                     |                              |                      |                                   |                   |

#### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح الطالب محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح الطالب محاولتين ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



## القياسات الحركية للصفوف (٤-١) ٢٠٢٦م

### القياس الثاني

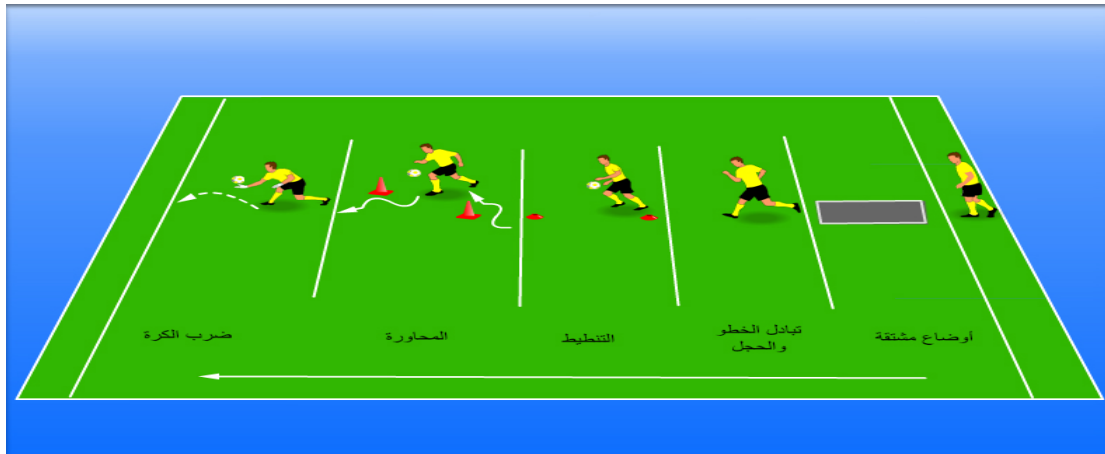
- الغرض من القياس: قياس أداء الحركات (الأوضاع الأساسية + الحركات الأساسية).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (٢٠-١٥) م، يوضع فيه مراتب، ثم تحديد خطين بينهما مسافة ٥ متر، ثم قمعين بشكل طولي بينهما مسافة (٥) م.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم الطالب بأداء (٣) أوضاع مشتقة في التمرينات على المرتبة - يحددها المعلم - مع الثبات (٣) ث في كل وضع، ثم أداء حركة تبادل الخطو والحجل لمسافة (٥) م، ثم تنطيط الكرة لمسافة (٥) م، ثم أداء المحاورة بالكرة ضد الأقماع (مرتين)، ثم ضرب الكرة للأمام بيد واحدة.
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للطلاب في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد

درجة لكل حركة وفقا للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الأوضاع المشتقة<br>(٤) د | تبادل الخطو والحجل<br>(٤) د | تنطيط الكرة<br>(٤) د | المحاورة ضد الأقماع<br>(٤) د | ضرب الكرة بيد واحدة<br>(٤) د | المجموع<br>(٢٠) |
|---|------------|--------------------------|-----------------------------|----------------------|------------------------------|------------------------------|-----------------|
| ١ |            |                          |                             |                      |                              |                              |                 |
| ٢ |            |                          |                             |                      |                              |                              |                 |

### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح الطالب محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح الطالب محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



ثانيًا: القياسات المقترحة للوحدات الدراسية (الرابعة، الخامسة، السادسة)

يتم تطبيق قياس واحد من القياسين الآتيين:

### القياس الأول

- الغرض من القياس: قياس أداء (حركات الإدراك والطلاقة الحركية + مهارات الألعاب الرياضية).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (١٥-٢٠) م، يوضع فيه مراتب، ثم كرات ووقوف مدافع، ثم تعليق حبل بارتفاع مناسب.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم الطالب بأداء الاتزان على المرتبة -أنواع يحددها المعلم- ثم أداء الدرجة الجانبية المكورة، ثم الخطو على أربع، ثم المحاورة ضد الزميل ثم ضرب الكرة بيد واحدة من أسفل لتعددية الحبل.
- أسلوب التقدير: يتم ملاحظة الأداء الحركي للطلاب في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقًا للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الاتزان            |                     | درجة جانبية مكورة<br>(٣) د | الخطو على أربع<br>(٤) د | المحاورة ضد الزميل<br>(٤) د | ضرب الكرة بيد واحدة من أسفل لتعددية الحبل<br>(٥) د | المجموع<br>(٢٠) د |
|---|------------|--------------------|---------------------|----------------------------|-------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------|-------------------|
|   |            | اتزن ثابت<br>(٢) د | اتزن متحرك<br>(٢) د |                            |                         |                             |                                                    |                   |
| ١ |            |                    |                     |                            |                         |                             |                                                    |                   |
| ٢ |            |                    |                     |                            |                         |                             |                                                    |                   |

### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح الطالب محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح الطالب محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



## القياسات الحركية للصفوف (٤-١) ٢٠٢٦م

### القياس الثاني

- الغرض من القياس: قياس أداء (حركات الإدراك والطلاقة الحركية + مهارات الألعاب الرياضية).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (١٥-٢٠) م يوضع فيه مراتب، ثم كرات على الأرض مع وقوف زميل على بعد (٣) أمتار.
- طريقة الأداء: يقف تلميذان على خط البداية، ومع إشارة البدء يقوم كل تلميذ بأداء الاتزان المرتبة - أنواع يحددها المعلم -، ثم أداء الدرجة الأمامية على الكتف، ثم أداء تشبيك اليدين مع الزميل (مقاومة الريح)، ثم أداء المراوغة ضد الزميل، ثم تبادل ضرب الكرة واستلامها مع الزميل.
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للطلاب في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد

درجة لكل حركة وفقا للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الاتزان          |                   | درجة أمامية على الكتف (٣) د | الأداء مع الزملاء            |                          |                                         | المجموع (٢٠) د |
|---|------------|------------------|-------------------|-----------------------------|------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------|----------------|
|   |            | اتزان ثابت (٢) د | اتزان متحرك (٢) د |                             | تشبيك اليدين مع الزميل (٤) د | المراوغة ضد الزميل (٤) د | تبادل ضرب الكرة من أعلى مع الزميل (٥) د |                |
| ١ |            |                  |                   |                             |                              |                          |                                         |                |
| ٢ |            |                  |                   |                             |                              |                          |                                         |                |

### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح الطالب محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح الطالب محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



# القياسات الحركية (الصف الثالث)

## القياسات الحركية للصفوف من (٤-١)

### قياسات الصف الثالث

أولاً: القياسات المقترحة للوحدات الدراسية (الأولى، الثانية، الثالثة)

يتم تطبيق قياس واحد من القياسين الآتيين:

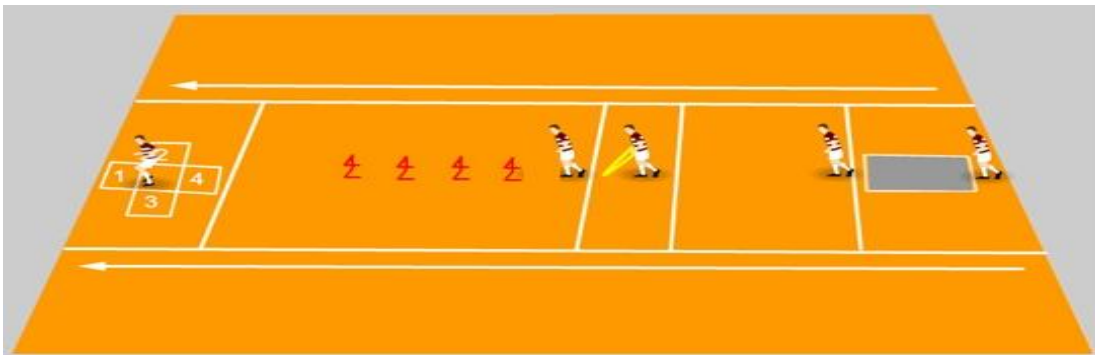
#### القياس الأول

- الغرض من القياس: قياس أداء (الأوضاع المشتقة + حركات الإدراك والطلاقة الحركية + مهارات ألعاب القوى للصغار).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (٢٠-٣٠) م، يُقسم إلى مناطق أداء كالآتي:
  ١. أداء الأوضاع المشتقة على المرتبة.
  ٢. أداء المشي المعكوس بتحديد خطين بينهما مسافة (٥) م.
  ٣. أداء الوثب باستخدام الحبل في المكان.
  ٤. أداء الجري بتعدية الحواجز بتحديد خطين بينهما مسافة (١٠-١٥) م ووضع (٤) حواجز بينها مسافة (٣) م.
  ٥. أداء الوثب على المربعات المتقاطعة برسم خمس مربعات مرقمة.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم التلميذ بأداء (٣) أوضاع مشتقة في التمرينات -يحددها المعلم- على المرتبة مع الثبات لمدة (٣ث) في كل وضع، ثم يقوم بأداء المشي المعكوس لمسافة (٥) م ثم أداء الوثب باستخدام الحبل ثم الجري بتعدية الحواجز لمسافة (١٠-١٥) م، ثم أداء الوثب على مربعات الأرقام (المربعات المتقاطعة) (٣) دورات.
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقاً لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقاً للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الأوضاع المشتقة (٤) د | المشي المعكوس (٤) د | الوثب بالحبل (فردى) (٤) د | الجري بتعدية الحواجز (٤) د | الوثب على مربعات الأرقام (المربعات المتقاطعة) (٤) د | المجموع (٢٠) د |
|---|------------|-----------------------|---------------------|---------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------|----------------|
| ١ |            |                       |                     |                           |                            |                                                     |                |
| ٢ |            |                       |                     |                           |                            |                                                     |                |

#### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



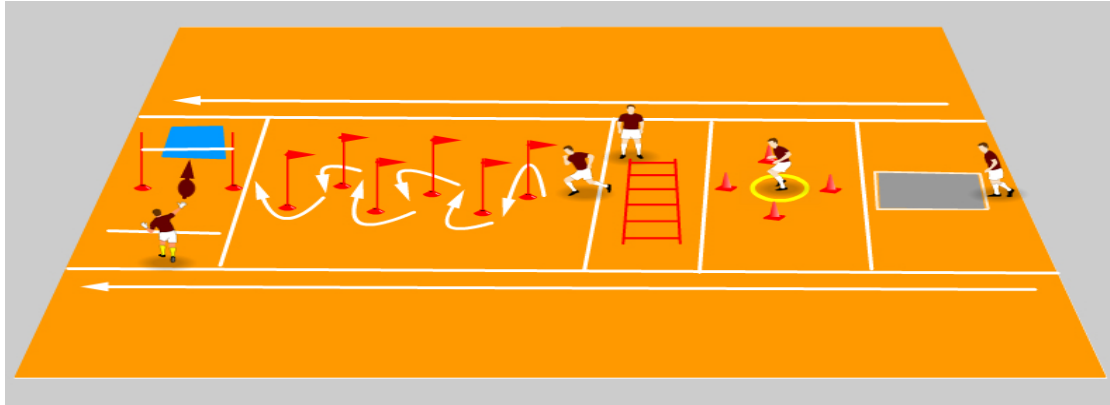
## القياس الثاني

- الغرض من القياس: قياس أداء (الأوضاع المشتقة + حركات الإدراك والطلاقة الحركية + مهارات ألعاب القوى للصغار)
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (٢٠-٣٠) م، يُقسم إلى مناطق أداء كالآتي:
  ١. أداء الأوضاع المشتقة على المرتبة.
  ٢. أداء اتزان اللمس من الوقوف على قدم واحدة بوضع طوق وأربعة أقماع حولها.
  ٣. الوثب المتعرج على سلم الرشاقة.
  ٤. أداء الجري المتعرج بتحديد خطين بينهما مسافة (١٠-١٥) م ووضع (٤) أعلام بينها مسافة (٣) م.
  ٥. أداء رمي الأداة لإصابة الهدف من فوق الحاجز بتحديد خط للرمي وتثبيت حبل بارتفاع (٢) م بين قائمين على بعد (٥) م من الخط الرمي ورسم منطقة الهدف مربعة على بعد (٢,٥) م من الحبل.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم التلميذ بأداء (٣) أوضاع المشتقة في التمرينات -يحددها المعلم- على المرتبة مع الثبات لمدة (٣ ث) في كل وضع، ثم يقف بداخل الطوق وأداء اتزان اللمس من الوقوف على قدم واحدة لإسقاط الأقماع، ثم أداء الوثب المتعرج بالقدمين على سلم الرشاقة ثم رمي الأداة لإصابة الهدف من فوق الحاجز.
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقا للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الأوضاع المشتقة (٤) د | أداء اتزان اللمس من الوقوف على قدم واحدة (٤) د | الوثب المتعرج على سلم الرشاقة (٤) د | الجري المتعرج بين الأعلام (٤) د | رمي الأداة لإصابة الهدف من فوق الحاجز (٤) د | المجموع (٢٠) د |
|---|------------|-----------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------|----------------|
| ١ |            |                       |                                                |                                     |                                 |                                             |                |
| ٢ |            |                       |                                                |                                     |                                 |                                             |                |

### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



ثانيًا: القياسات المقترحة للوحدات الدراسية (الرابعة، الخامسة، السادسة)

يتم تطبيق قياس واحد من القياسين الآتيين:

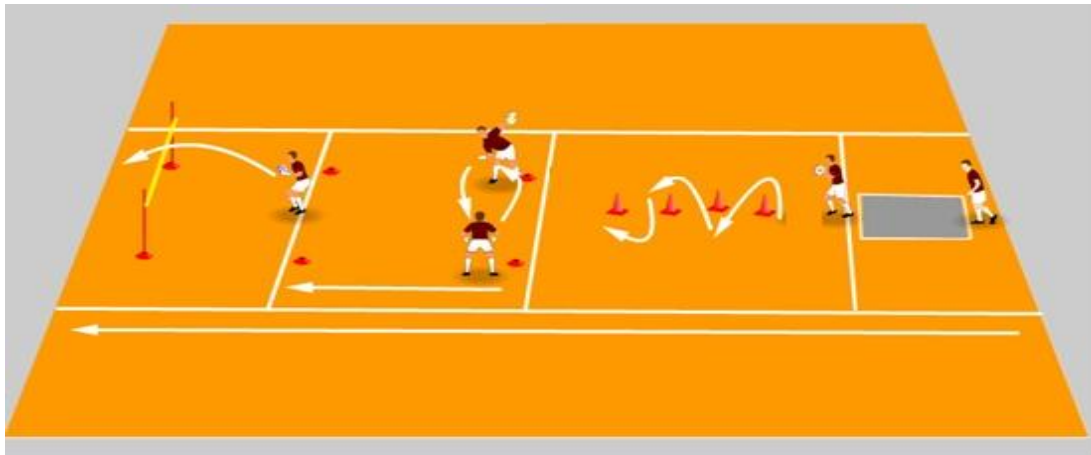
### القياس الأول

- الغرض من القياس: قياس أداء مهارات (الجمباز + الألعاب الجماعية المصغرة).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (٢٠-٣٠) م، يُقسم إلى مناطق أداء كالآتي:
  ١. أداء الدرجة الأمامية المنحنية فتحًا على المرتبة. (الجمباز)
  ٢. أداء تنطيط الكرة في مسار متعرج بتحديد خطين بينهما مسافة (١٠) م ووضع (٤) أقماع بينها مسافة (٢) م. (كرة السلة)
  ٣. أداء تبادل التمرير مع الزميل المساعد والتحرك للأمام بتحديد خطين المسافة بينهما (٥) م. (كرة اليد)
  ٤. أداء إرسال بتحديد خط للإرسال وتعليق حبل بارتفاع مناسب على بعد (٥) م. (الكرة الطائرة)
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم التلميذ بأداء الدرجة الأمامية المنحنية فتحًا، ثم تنطيط الكرة في مسار متعرج بين الأقماع ثم تبادل تمرير الكرة واستلامها بالتحرك جانبًا مع الزميل لمسافة (٥) م، ثم ضرب الكرة وإرسالها لتعدية الحبل.
- أسلوب التقدير: يتم ملاحظة الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقا للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | أداء الدرجة الأمامية المنحنية فتحًا (٥) د | تنطيط الكرة (٥) د | تبادل التمرير مع الزميل (٥) د | ضرب وإرسال الكرة (٥) د | المجموع (٢٠) د |
|---|------------|-------------------------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------------|----------------|
| ١ |            |                                           |                   |                               |                        |                |
| ٢ |            |                                           |                   |                               |                        |                |

### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



## القياسات الحركية للصفوف (٤-١) ٢٠٢٦م

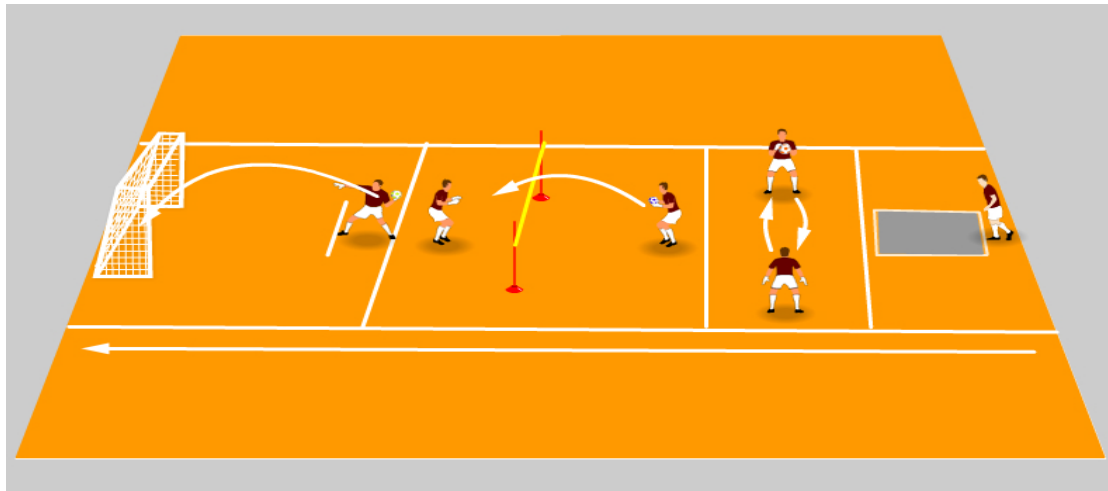
### القياس الثاني

- الغرض من القياس: قياس أداء مهارات (الجمباز + الألعاب الجماعية المصغرة).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (٢٠-٣٠) م، يُقسم إلى مناطق أداء كالآتي:
  ١. أداء الدرجة الخلفية على المرتبة. (الجمباز)
  ٢. أداء تبادل التمريرة الصدرية مع الزميل بتحديد خطين المسافة بينهما (٥) م. (كرة السلة)
  ٣. أداء إرسال واستقبال الكرة مع الزميل بتحديد خطين المسافة بينهما (١٠) م وتعليق حبل بارتفاع مناسب على بعد (٥) م في منتصف المسافة. (الكرة الطائرة)
  ٤. أداء التصويب نحو المرمى بتحديد خط للتصويب على بُعد (٥) م من المرمى. (كرة اليد)
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم التلميذ بأداء الدرجة الخلفية، ثم تبادل التمريرة الصدرية واستلامها مع الزميل (٥) مرات، ثم ضرب الكرة وإرسالها لتعدية الحبل واستقبالها من الزميل، ثم التصويب نحو المرمى.
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، مع تحديد درجة لكل حركة وفقا للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | أداء الدرجة الخلفية<br>(٥) د | تبادل التمريرة الصدرية<br>(٥) د | إرسال الكرة<br>(٥) د | التصويب نحو المرمى<br>(٥) د | المجموع<br>(٢٠) د |
|---|------------|------------------------------|---------------------------------|----------------------|-----------------------------|-------------------|
| ١ |            |                              |                                 |                      |                             |                   |
| ٢ |            |                              |                                 |                      |                             |                   |

### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



# القياسات الحركية (الصف الرابع)

## القياسات الحركية للصفوف من (٤-١)

### قياسات الصف الرابع

أولاً: القياسات المقترحة للوحدات الدراسية (الأولى، الثانية، الثالثة)

يتم تطبيق قياس واحد من القياسين الآتيين:

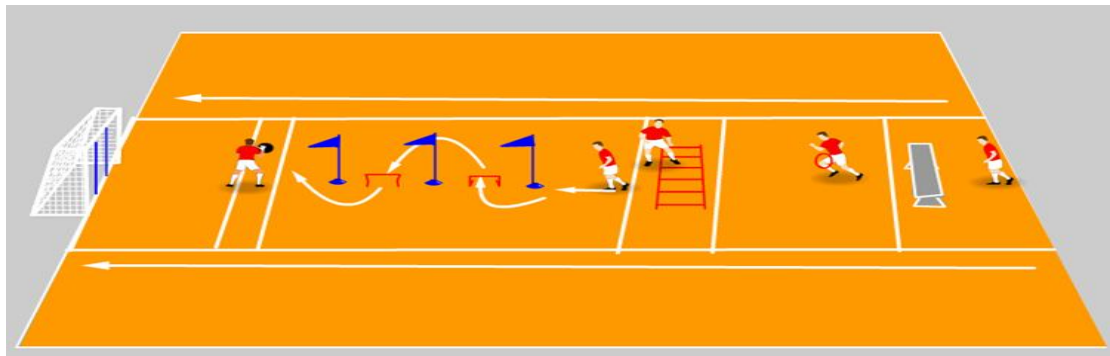
#### القياس الأول

- الغرض من القياس: قياس أداء الحركات (التمرينات + حركات الإدراك والطلاقة الحركية + ألعاب القوى للصغار).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (٢٥-٣٠) م، يُقسم إلى مناطق أداء كالآتي:
  ١. أداء تمرينات على المقعد السويدي.
  ٢. أداء الحجل بالأداة (الطوق) بتحديد خطين بينهما مسافة (٥) م.
  ٣. أداء الوثب بالقدمين على حدود مربعات سلم الرشاقة.
  ٤. أداء الجري المتعرج بتعدية الحواجز بتحديد خطين بينهما مسافة (١٠-١٥) م ووضع (٣) أعلام و(٢) حاجزين بينها مسافات مناسبة.
  ٥. أداء الرمي بالدوران نحو أهداف مختلفة بتحديد خط للرمي ووضع مرمى يقسم إلى ثلاثة مناطق على بعد (٥) م من خط الرمي.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم التلميذ بأداء (٢) تمرينين على المقعد السويدي (يحددها المعلم)، ثم يقوم بأداء الحجل بالأداة لمسافة (٥) م، ثم الوثب بالقدمين على حدود مربعات (سلم الرشاقة)، ثم الجري المتعرج بين الأعلام بتعدية الحواجز لمسافة (١٠-١٥) م، ثم أداء الرمي بالدوران نحو أهداف مختلفة على المرمى.
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقاً لنوع الحركات التي يؤديها، وفقاً للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | تمرينات على المقعد السويدي (٢) د | الحجل بالأداة (٣) د | الوثب بالقدمين حدود مربعات (٤) د | الجري المتعرج بتعدية الحواجز (٥) د | الرمي بالدوران نحو أهداف مختلفة (٦) د | المجموع (٣٠) د |
|---|------------|----------------------------------|---------------------|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|----------------|
| ١ |            |                                  |                     |                                  |                                    |                                       |                |

#### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



## القياسات الحركية للصفوف (١-٤) ٢٠٢٦م

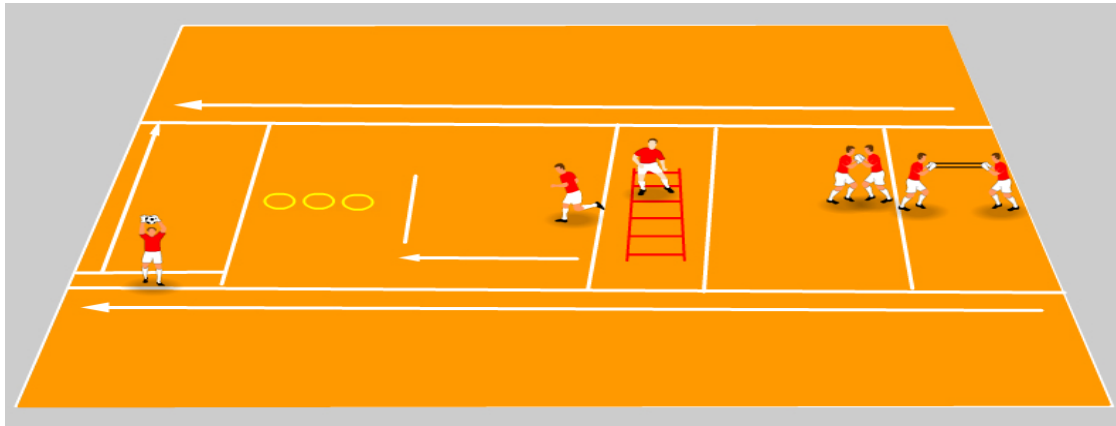
### القياس الثاني

- الغرض من القياس: قياس أداء الحركات (التمرينات + حركات الإدراك والطلاقة الحركية + ألعاب القوى للصغار)
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (٢٥-٣٠) م، يُقسم إلى مناطق أداء كالآتي:
  ١. أداء تمرينات زوجية بالعصا.
  ٢. أداء الحجل مع الزميل بتحديد خطين بينهما مسافة (٣) م.
  ٣. أداء الوثب بالقدمين داخل وخارج مربعات سلم الرشاقة.
  ٤. أداء الوثب الطويل من الاقتراب القصير بتحديد مسار للاقتراب طوله (٨-١٠) م ومنطقة للارتقاء مع تحديد (٣) دوائر قطرها (١) م كما هو موضح في دليل المعلم للصف الرابع.
  ٥. أداء رمي الكرة الطبية للخلف بتحديد خط للرمي وتحديد منطقة الرمي بخطين جانبيين مع وضع شريط قياس.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم التلميذ بأداء (٢) تمرينين زوجية بالعصا مع الزميل (يحددها المعلم)، ثم يقوم بأداء الحجل مع الزميل لمسافة (٣) م، ثم أداء الوثب بالقدمين داخل وخارج مربعات سلم الرشاقة ثم أداء الوثب الطويل من الاقتراب القصير، ثم رمي الكرة الطبية للخلف..
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقاً لنوع الحركات التي يؤديها، وفقاً للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | تمرينات زوجية بالعصا (٢) د | الحجل مع الزميل (٣) د | الوثب بالقدمين داخل وخارج (٤) د | الوثب الطويل من الاقتراب القصير (٥) د | رمي الكرة الطبية للخلف (٦) د | المجموع (٢٠) د |
|---|------------|----------------------------|-----------------------|---------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|----------------|
| ١ |            |                            |                       |                                 |                                       |                              |                |
| ٢ |            |                            |                       |                                 |                                       |                              |                |

### ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل



ثانيًا: القياسات المقترحة للوحدات الدراسية (الرابعة، الخامسة، السادسة)

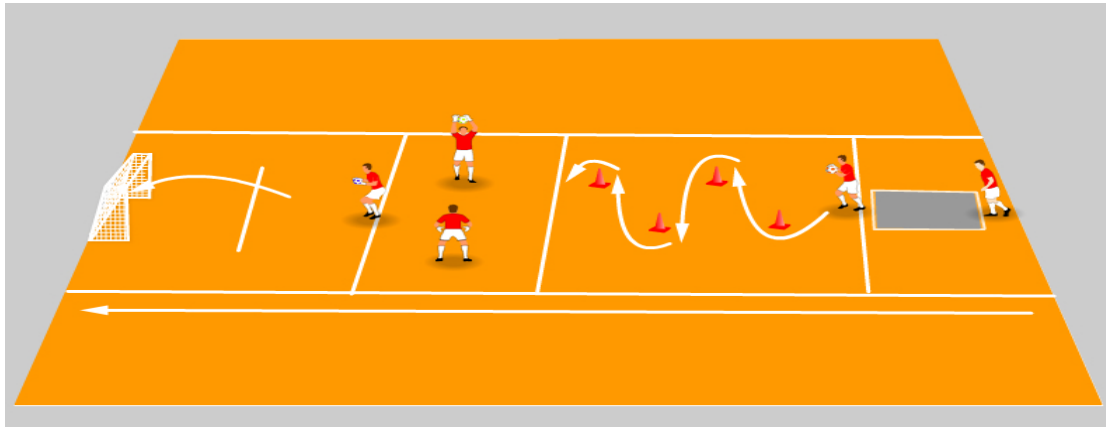
القياس الأول

- الغرض من القياس: قياس أداء (الجمباز + مهارات الألعاب الرياضية).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (٢٥-٣٠) م، يُقسم إلى مناطق أداء كالآتي:
  ١. الجمباز: أداء الدرجة الأمامية الطائرة على المرتبة.
  ٢. كرة السلة: أداء تنطيط كرة السلة بتغيير الاتجاه في مسار متعرج بتحديد خطين بينهما مسافة (١٢) م ووضع (٤) أقماع.
  ٣. الكرة الطائرة: أداء التمرير باليدين من أعلى في الكرة الطائرة مع الزميل المساعد بتحديد خطين المسافة بينهما (٣) م.
  ٤. كرة اليد: أداء التصويب بالوثب لأعلى نحو المرمى في كرة اليد بتحديد خط للتصويب على بُعد (٥) من المرمى.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم التلميذ بأداء الدرجة الأمامية الطائرة، ثم تنطيط الكرة بتغيير الاتجاه في مسار متعرج بين الأقماع، ثم تبادل تمرير الكرة من أعلى مع الزميل المساعد (٥) مرات، ثم التصويب بالوثب لأعلى نحو المرمى (مرتين).
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقا لنوع الحركات التي يؤديها، وفقاً للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | أداء الدرجة الأمامية الطائرة (٥) د | تنطيط الكرة بتغيير الاتجاه (٥) د | تبادل التمرير باليدين من أعلى (٥) د | التصويب بالوثب لأعلى (٥) د | المجموع (٢٠) د |
|---|------------|------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|----------------|
| ١ |            |                                    |                                  |                                     |                            |                |
| ٢ |            |                                    |                                  |                                     |                            |                |

ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل.



## القياسات الحركية للصفوف (٤-١) ٢٠٢٦م

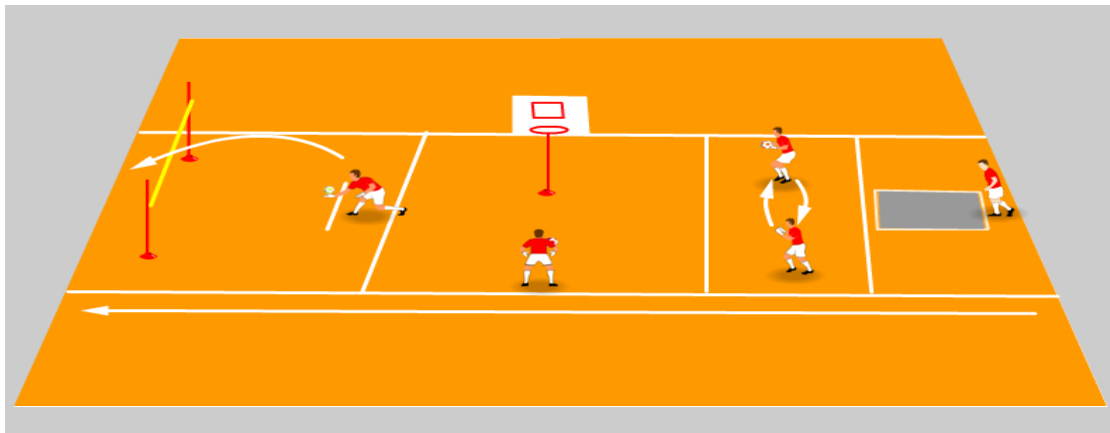
### القياس الثاني

- الغرض من القياس: قياس أداء (الجمباز+ مهارات الألعاب الرياضية).
- إعداد الاختبار: تحديد مسار بطول (٢٥-٣٠) م، يُقسم إلى مناطق أداء كالآتي:
  ١. الجمباز: أداء الشقلبة الجانبية (العجلة) على المرتبة.
  ٢. كرة اليد: أداء التمريرة البندولية للجانب في كرة اليد مع الزميل بتحديد خطين المسافة بينهما (٢) م.
  ٣. كرة السلة: أداء التصويب باليدين من الثبات نحو السلة بتحديد خط على بُعد (٢) م من السلة.
  ٤. الكرة الطائرة: أداء إرسال الكرة الطائرة بتحديد خط للإرسال وتعليق حبل بارتفاع مناسب على بُعد (٦) م من الخط.
- طريقة الأداء: مع إشارة البدء يقوم التلميذ بأداء الشقلبة الجانبية (العجلة)، ثم تبادل التمريرة البندولية للجانب مع الزميل (٥) مرات، ثم أداء التصويب باليدين من الثبات نحو السلة (مرتين) ثم أداء إرسال الكرة الطائرة (مرتين).
- أسلوب التقدير: يتم تقييم الأداء الحركي للتلميذ في المسار وفقاً لنوع الحركات التي يؤديها، وفقاً للجدول الآتي:

| م | اسم الطالب | الشقلبة الجانبية<br>(٥) د | تبادل التمريرة البندولية للجانب<br>(٥) د | التصويب نحو السلة<br>(٥) د | إرسال الكرة الطائرة<br>(٥) د | المجموع<br>(٢٠) د |
|---|------------|---------------------------|------------------------------------------|----------------------------|------------------------------|-------------------|
| ١ |            |                           |                                          |                            |                              |                   |
| ٢ |            |                           |                                          |                            |                              |                   |

ملاحظة:

- تراعى النقاط الفنية المضمنة في دليل المعلم عند تقييم الأداء.
- يمنح التلميذ محاولات تمهيدية بهدف تجربة الاختبار قبل التطبيق.
- يمنح التلميذ محاولتان ويتم احتساب درجة المحاولة الأفضل .



## ملحق رقم (٢) :

### توصيف أداة المشروع للتلاميذ غير القادرين على أداء جميع الاختبارات العملية لظروف صحية.

- تكلف المعلمة التلميذ بإعداد المشروع كحالة استثنائية في حال عدم قدرة التلميذ على أداء جميع الاختبارات العملية لظروف صحية طارئة بشرط وجود توثيق طبي، ويحدد له (٢٠) درجة وفق معايير محددة وتضرب الدرجة في (٢) للوصول لدرجة الأداء العملي للصفوف من (٤-١).
- يتضمن المشروع أحد المهارات التي يدرسها التلميذ في المنهاج الدراسي.
- أن يكون المشروع غير مكلف مادياً، ويعدده مستعيناً بالأدوات المناسبة والمتاحة لديه من خامات البيئة.
- يمكن أن يرفع التلميذ المشروع الذي أعده على المنصة التعليمية للصفوف بالبرامج المتوفرة عنده، وإن تعذر ذلك على الطالب فيمكنه تسليم المشروع يدوياً.

## نماذج للمشاريع

يمكن أن يختار التلميذ إحدى هذه النماذج أو التي يقترحها له المعلم.

### أولاً: رسم وتلوين المهارات الحركية للصفين (٢-١): يقوم التلميذ برسم وتلوين إحدى المهارات الحركية

أو الرياضية أو فقط بتلوين إحدى الرسومات المفردة للمهارة الحركية أو الرياضية المقررة في المنهج، ثم يقوم بتقديم المشروع وذلك بتوضيح اسم المهارة الحركية وذكر بعض الجوانب المعرفية والفنية المرتبطة بالمهارة بشكل مبسط في حدود (٣) دقائق.

### ثانياً: إعداد ملصق (بوستر) للمهارات الحركية للصفين (٤-٣): يقوم التلميذ بإعداد ملصق مدعم

بالصور المتسلسلة لإحدى الحركات أو المهارات الحركية أو الرياضية المقررة في المنهج من خلال الصور والرسومات التي يتم الحصول عليها من شبكة الأنترنت أو الصحف والمجلات مع كتابة اسم الحركة أو الرياضية وذكر بعض الجوانب المعرفية والفنية المرتبطة بالمهارة بشكل مبسط في حدود (٣) دقائق.

### ثالثاً: إعداد مقطع فيديو للمهارات الحركية للصفين (٤-٣): يقوم التلميذ بإعداد فيديو لإحدى

الحركات أو المهارات الحركية أو الرياضية المقررة في المنهج من مصادر مختلفة في حدود دقيقة واحدة.

### رابعاً: كتابة ملخص ملخص عن المشاركة في البرنامج المنهجي (٤-٣): يقوم التلميذ بكتابة ملخص

موجز لإحدى مشاركته في إحدى البرامج المنهجية التي شارك فيها مع المعلم وعرضها أمام زملائه بشكل مبسط.

معايير تقييم المشاريع :

يقيم أداء التلميذ في المشروع بناء على المعايير الموضحة في الجدول الآتي:

| المعايير                                                                            | درجة المعيار | مؤشر الأداء     | الدرجة | درجة التلميذ |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------|--------|--------------|
| مدى ارتباط المشروع بموضوعات المنهج الدراسي.                                         | ٨ درجات      | كثير الارتباط.  | ٨      |              |
|                                                                                     |              | متوسط الارتباط. | ٥      |              |
|                                                                                     |              | قليل الارتباط.  | ٢      |              |
| دقة معلومات المحتوى وصحتها.                                                         | ٨ درجات      | كثيرة الدقة.    | ٨      |              |
|                                                                                     |              | متوسطة الدقة    | ٥      |              |
|                                                                                     |              | قليلة الدقة     | ٢      |              |
| وضوح المنتج النهائي للمشروع (الرسم والتلوين -الصور والرسومات – الفيديو-.... وغيرها) | ٨ درجات      | كثير الوضوح.    | ٨      |              |
|                                                                                     |              | متوسط الوضوح.   | ٥      |              |
|                                                                                     |              | قليل الوضوح.    | ٢      |              |
| قدرة التلميذ/ الطالب على تقديم المشروع بشكل واضح ومتسلسل.                           | ٨ درجات      | كثير الوضوح.    | ٨      |              |
|                                                                                     |              | متوسط الوضوح.   | ٥      |              |
|                                                                                     |              | قليل الوضوح.    | ٢      |              |
| تنظيم المشروع وإخراجه.                                                              | ٨ درجات      | كثير التنظيم.   | ٨      |              |
|                                                                                     |              | متوسط التنظيم.  | ٥      |              |
|                                                                                     |              | قليل التنظيم.   | ٢      |              |
| المجموع (٤٠) درجة                                                                   |              |                 |        |              |