

قائمة المرفقات

- مرفق (١) : أسماء السادة الخبراء.
- مرفق (٢) : استمارة تسجيل البيانات (السن – الوزن – الطول).
- مرفق (٣) : استمارة حضور الأطفال أثناء تطبيق الدراسة
- مرفق (٤) : اختبار جواد نيف هـ اريس Cood Enough
للذكاء (اختبار رسم الرجل)
- مرفق (٥) : مقياس السلوك الصحى فى صورته الأولية .
- مرفق (٦) : مقياس السلوك الصحى فى صورته النهائية .
- مرفق (٧) : محتوى مقياس السلوك الصحى المصور .
- مرفق (٨) : استمارة استطلاع رأى الخبراء حول تحديد الأساليب
التي يبنى عليها البرنامج .
- مرفق (٩) : برنامج الأنشطة الحركية فى صورته النهائية .

مرفق (أ)

أسماء السادة الخبراء

أسماء السادة الخبراء (*)

م	الاسم	الوظيفة
١.	أ.د / أبو العلا أحمد عبد الفتاح	وكيل ورئيس القسم سابقا بكلية التربية الرياضية بنين بالهرم، جامعة حلوان .
٢.	أ.د / سليمان أحمد على حجر	أستاذ التربية الصحية بقسم علوم الصحة-كلية التربية الرياضية بنين -جامعة حلوان .
٣.	أ.د/محمد السيد الأمين	أستاذ الصحة الرياضية ووكيل كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان.
٤.	أ.د/ مرفت إبراهيم رخا	أستاذ ورئيس قسم العلوم الحيوية والصحة الرياضية - كلية التربية الرياضية بنين أبو قير - جامعة الاسكندرية .
٥.	أ.د/مسعود كمال غرابية	أستاذ ورئيس قسم علوم الصحة الرياضية-كلية التربية الرياضية-جامعة طنطا.
٦.	أ.د/نكية أحمد فتحى	رئيس قسم علوم الصحة الرياضية بنين بالهرم - جامعة حلوان .
٧.	أ.د/ صافي ناز السعيد شلبى	أستاذ بقسم الصحة العامة- كلية الطب - جامعة طنطا.
٨.	أ.د/ محمد متولى قنديل	أستاذ مناهج وطرق التدريس الطفولة ورئيس قسم الطفولة بكلية لتربية - جامعة طنطا .
٩.	أ.د/جعفر محمد عبد الرسول	أستاذ ورئيس قسم الصحة العامة و طب المجتمع - جامعة المنوفية.
١٠.	أ.د / أحمد على حسنين إبراهيم	أستاذ الصحة الرياضية بقسم علوم الصحة الرياضية كلية التربية الرياضية بنين بالهرم - جامعة حلوان .
١١.	أ.م.د / حنان على حسنين محمد	أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية كلية التربية الرياضية بنين بالهرم - جامعة حلوان .
١٢.	أ.م.د/رضا رشاد عبد الرحمن	أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية كلية التربية الرياضية بنات بالزقازيق .
١٣.	أ.م.د/عاطف عوض ميخائيل	أستاذ مساعد بقسم الصحة العامة وطب المجتمع - جامعة المنوفية .
١٤.	أ.م.د/عزه على عبد العظيم	أستاذ مساعد بقسم طب المجتمع وصحة البيئة - كلية الطب -جامعة المنوفية .
١٥.	أ.م.د/ محسن يسن السدوى	أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية- كلية التربية لرياضية بنين -جامعة حلوان.

مرفق (٢)

استمارة تسجيل البيانات (السن - الوزن - الطول)

استمارة تسجيل البيانات (السن - الوزن - الطول)

م	الاسم	السن	الوزن	الطول	ملاحظات
.١					
.٢					
.٣					
.٤					
.٥					
.٦					
.٧					
.٨					
.٩					
.١٠					
.١١					
.١٢					
.١٣					
.١٤					
.١٥					
.١٦					
.١٧					
.١٨					
.١٩					
.٢٠					
.٢١					
.٢٢					
.٢٣					
.٢٤					
.٢٥					
.٢٦					
.٢٧					
.٢٨					
.٢٩					
.٣٠					

ملحق (٢)

استمارة حضور الأطفال أثناء تطبيق التجربة

مرفق (٤)

اختبار جودائف هاريس Cood Enough للاكفاء

(اختبار رسم الرجل)

اختبار جودانف هاريس Cood Enough للذكاء (اختبار رسم الرجل)

تعليمات الاختبار :

تتلخص تعليمات الاختبار فى أن يطلب من الاطفال استبعاد أى شئ أمامهم ما عدا ورقة بيضاء وقلم رصاص ، ثم يطلب من كل طفل أن يرسم صورة لرجل ، مع حث الأطفال على رسم أحسن صورة لرجل .

وتتجول الباحثة بين الأطفال لتشجيعهم ببعض عبارات الثناء ، والرد على استفساراتهم مع مراعاة الإجابة " بنعم " أو " لا " عند سؤال الطفل لها عن أحد أجزاء جسم الرجل ولكن دائماً تكون اجابتها " أرسم بالطريقة التى تعتقد أنها أحسن " .

تصحيح الأخطاء :

يعطى المصحح درجة واحدة لكل مفردة من المفردات الواردة فى مفتاح التصحيح وعددها ثمانية و أربعين (٤٨) مفردة ، ويضع علامة () بجانب كل مفردة يتم الموافقة عليها ، ويضع (صفر) بجانب كل مفردة م يتم الموافقة عليها ، والمفردة التى يضع بجانبها علامة () يحصل فيها الطفل على درجة واحدة وبعد ذلك تجمع المفردات التى تم الموافقة عليها للحصول على الدرجة الخام التى حصل عليها الطفل فى الاختبار ثم يكشف عنها فى الجدول الخاص بالمرحلة العمرية المناسبة للحصول على نسب الذكاء .

التصحيح والمعيار :

يصحح الاختبار على أساس عدد النقاط التى تظهر فى الرسم والتى حددها " جودانف هاريس " فى (٤٨) نقطة كما يبنى :

م	البيان	م	البيان
١-	وجود الرأس .	٢٥-	إذا كانت تفاصيل الأصابع واضحة .
٢-	وجود الساقين .	٢٦-	إذا كان الإبهام متميزة عن الأصابع .
٣-	وجود الذراعين .	٢٧-	إذا كانت راحة اليد متميزة .
٤-	وجود الجذع .	٢٨-	ظهور مفصل الكوع .
٥-	إذا كان طول الجذع أطول من عرضه .	٢٩-	ظهور مفصل الركبة .
٦-	ظهور الكتفين بوضوح .	٣٠-	تناسب حجم الرأس مع الجسم .
٧-	اتصال الذراعين والساقين .	٣١-	تناسب الذراعين مع الجذع (أطول قليلاً)
٨-	إذا كان اتصال الذراعين والساقين بالجذع في الأماكن الصحيحة .	٣٢-	تناسب طول الساقين .
٩-	وجود الرقبة .	٣٣-	تناسب حجم القدمين .
١٠-	تتمشى خطوط الرقبة مع الرأس والجذع .	٣٤-	ظهور كعب القدم .
١١-	وجود إحدى العينين أو كليهما .	٣٥-	وجود الساقين والذراعين .
١٢-	وجود الأنف .	٣٦-	التوافق الحركي في خطوط الرسم .
١٣-	وجود الفم .	٣٧-	ظهور الحركة في خطوط الرسم في نوع الدقة .
١٤-	وجود الأنف والفم والشفنتين .	٣٨-	ووضوح خطوط الرأس وتوافق حدودها مع الرقبة .
١٥-	وجود فتحتي الأنف .	٣٩-	التوافق الحركي للجذع .
١٦-	وجود الشعر .	٤٠-	التوافق الحركي لخطوط الذراعين والساقين .
١٧-	وضوح حدود الشعر حول الرأس والوجه .	٤١-	ووضع تقاطيع الوجبة في أماكنها الصحيحة .
١٨-	وجود الملابس .	٤٢-	وجود الأذن .
١٩-	وجود قطعتين من الملابس .	٤٣-	إذا كانت الأذن في المكان الصحيح .
٢٠-	تغطية الملابس للجسم .	٤٤-	وجود الحاجب والرموش .
٢١-	ظهور تفاصيل الملابس .	٤٥-	وضوح إنسان العين (الننى)
٢٢-	إذا كانت الملابس كاملة تماماً .	٤٦-	إذا كان شكل العين صحيحاً (طولها أكبر من عرضها) .
٢٣-	وجود الأصابع .	٤٧-	ظهور الذقن والجبهة .
٢٤-	إذا كان عدد الأصابع صحيحاً .	٤٨-	بروز الذقن ووضوح تفاصيلها .

- أ- يعطى الفرد درجة عن كل نقطة من النقاط السابقة .
ب- ولحساب نتيجة هذا الاختبار يكتب المختبر عن الدرجات التي يحصل عليها الفرد في الرسم .
ج- يمكن معرفة العمر العقلي طبقاً للمعايير التالية .

$$\text{نسبة الذكاء} = \frac{\text{العمر العقلي} \times 100}{\text{العمر الزمني}}$$

المعيار

الدرجة	العمر العقلي										
	سنة	شهر									
١	٣	٣	١١	٩	٥	٢١	٣	٨	٣١	٩	١٠
٢	٣	-	١٢	-	٦	٢٢	٦	٨	٣٢	-	١١
٣	٩	٣	١٣	٣	٦	٢٣	٦	٩	٣٣	٣	١١
٤	-	٤	١٤	٦	٦	٢٤	-	٩	٣٤	٦	١١
٥	٣	٤	١٥	٩	٦	٢٥	٣	٩	٣٥	٩	١١
٦	٦	٤	١٦	-	٧	٢٦	٦	٩	٣٦	-	١٢
٧	٩	٤	١٧	٣	٧	٢٧	٩	٩	٣٧	٣	١٢
٨	-	٥	١٨	٦	٧	٢٨	-	١٠	٣٨	٦	١٢
٩	٣	٥	١٩	٩	٧	٢٩	٣	١٠	٣٩	٩	١٢
١٠	٦	٥	٢٠	-	٨	٣٠	٦	١٠	٤٠	فما فوق	١٣

مرفق (٥)

مقياس السلوك الصحي في صورته الأولية

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد

تقوم الباحثة/أمانى إبراهيم خليفة جبريل بإجراء بحث ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية بعنوان " برنامج أنشطة حركية وتأثيره على السلوك الصحى لأطفال ما قبل المدرسة " ونامل الاستفادة من آراء سيادتكم فى المساهمة لتحديد المحاور الرئيسية لمقياس السلوك الصحى ومدى مناسبتها لأفراد العينة ٤ : ٦ سنوات والعبارات المرتبطة بكل بعد من الأبعاد التى فى النهاية مقياس السلوك الصحى .

ولسيادتكم جزيل الشكر والاحترام

بيانات الخبير الأستاذ الدكتور

الإسم :

الكلية :

الوظيفة :

الدرجة العلمية :

الأبعاد الرئيسية لقياس السلوك الصحي

م	الأبعاد	الرأى	
		نعم	لا
١	السلوك الصحي الشخصي		
٢	السلوك الصحي الغذائي		
٣	السلوك الصحي الوقائي		
٤	السلوك الصحي الرياضي		
٥	السلوك الصحي البيئي		
٦	السلوك الصحي القوامى		
٧	السلوك الصحي النفسى		
٨	السلوك الصحي الإجتماعى		

ملحوظة :

إذا كان المطلوب إضافة أو حذف بعض الأبعاد فما هى الأبعاد التى ترون سيادتكم إضافتها أو حذفها .

.....

.....

.....

.....

مقياس السلوك الصحي المقترح :

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			نعم	لا
.١	أولاً : السلوك الصحي الشخصي	استحمه بالماء والصابون دائماً .		
.٢		أحافظ على نظافة ملابس دائماً .		
.٣		استخدم الفوطة لتنشيف جسمى بعد الاستحمام .		
.٤		استبدل الملابس الملوثة بالعرق باخرى جافة بعد نهاية اللعب .		
.٥		اهتم بنظافة شعرى وتسريحه كل يوم .		
.٦		استخدام فرشاه أسنانى كل يوم .		

عبارات أخرى يمكن إضافتها :

.....

.....

.....

.....

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			نعم	لا
.١	ثانياً : السلوك الصحي الغذائى	أتناول وجبة الإفطار بصورة منتظمة فى المنزل .		
.٢		لا أتكلم وفمى ملئ بالطعام .		
.٣		أعطى كوبى ليشربوا منه أثناء الأكل .		
.٤		اشرب الشاى بعد الأكل مباشرة .		
.٥		أفضل أكل الوجبات الغذائية الجاهزة .		
.٦		اشتري الطعام من الباعة الجائلين .		

عبارات أخرى يمكن إضافتها :

.....

.....

.....

.....

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			نعم	لا
.١	ثالثاً: السلوك الصحى الوقائى	أجلس مع الافراد المدخنين .		
.٢		أستخدم الشمسية للوقاية من أشعة الشمس .		
.٣		أحرص على عدم دخول الحمام حافى القدمين .		
.٤		أفرض أظافرى بأسنانى .		
.٥		أضع منديل على فمى وأنا أعطس		
.٦		أجلس بجانب المصابين بالأمراض		

عبارات أخرى يمكن إضافتها :

.....

.....

.....

.....

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			نعم	لا
.١	رابعاً: السلوك الصحى رياضى	أفضل المشاركة فى الألعاب الجماعية .		
.٢		أمارس اللعب بعد الاكل مباشرة .		
.٣		أعب فى المكان المناسب.		
.٤		أقوم باداء تمرينات إحماء قبل الاداء الرياضى .		
.٥		ارتدى الحذاء المناسب لممارسة نشاط الرياضى.		
.٦		أشارك فى المسابقات الرياضية .		

عبارات أخرى يمكن إضافتها :

.....

.....

.....

.....

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			نعم	لا
.١	خامساً : السلوك الصحى بينى	أحافظ على نظافة البيئة .		
.٢		استمتع نظف الزهور من الحديقة .		
.٣		أصلح صنوبر المياه بنفسى .		
.٤		أعاون فى تحميل فصلى والمحافظة عليه .		
.٥		أحرص على تزين حوائط الفصل بالملصقات المختلفة .		
.٦		لا القى المخلفات (باقى الطعام) فى مياه الترعى .		

عبارات أخرى يمكن إضافتها :

.....

.....

.....

.....

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			نعم	لا
.١	سادساً : السلوك الصحى قوامى	أفضل لبس حذاء كعب عالى .		
.٢		أسحمل حقبتى على ظهرى اثناء زهابى إلى الروضة .		
.٣		أفضل الجلوس أمام التلفزيون كثيراً .		
.٤		أكتب واجب الروض فى اى مكان .		
.٥		أقف على القدمين دائماً .		

عبارات أخرى يمكن إضافتها :

.....

.....

.....

.....

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			نعم	لا
.١	سابعاً : السلوك الصحى نفسى	أفضل ممارسة الالعاب الجماعية الفردية .		
.٢		اشعر بالسعادة عند فوز فريقى بدوق حق .		
.٣		أقبل الهزيمة بروح رياضية .		
.٤		اشعر بالسعادة والثقة بالنفس عند تفوز فريقى .		
.٥		أحسب المشاركة فى المسابقات الرياضية .		
.٦		أقذف اللاعبين بالزجاجات الفارغة عند يخسر فريقى .		

عبارات أخرى يمكن إضافتها :

.....

.....

.....

.....

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			نعم	لا
.١	ثامناً : السلوك الصحى اجتماعى	أفضل الذهاب إلى النادى مع زملائى .		
.٢		أحسب تكوين صداقات جديدة أتعرف عليهم فى النادى .		
.٣		أسأل عن احد زملائى عندما تغيب عن ممارسة الناشط الرياضى اليوم .		
.٤		أعبر عن رأى بأدب مع أفراد أسرتى .		
.٥		أساعد فى تنظيم المائة وتنظيفها .		
.٦		أحب مساعدة المحتاجين .		

عبارات أخرى يمكن إضافتها :

.....

.....

.....

.....

مرفق (٦)

مقياس السلوك الصحي في صورته النهائية

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد

تقوم الباحثة/أمانى إبراهيم خليفة جبريل بإجراء بحث ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية بعنوان " برنامج أنشطة حركية وتأثيره على السلوك الصحى لأطفال ما قبل المدرسة " ونأمل الاستفادة من آراء سيادتكم فى المساهمة لتحديد المحاور الرئيسية لمقياس السلوك الصحى ومدى مناسبتها لأفراد العينة ٤ : ٦ سنوات والعبارات المرتبطة بكل بعد من الأبعاد التى فى النهاية مقياس السلوك الصحى .

ولسيادتكم جزيل الشكر والاحترام

بيانات الخبير الأستاذ الدكتور

الاسم :

الكلية :

الوظيفة :

الدرجة العلمية :

ورقة المحاور الرئيسية بقياس السلوك الصحي :

م	الأبعاد	الرأى	
		لا	نعم
١	السلوك الصحي الشخصي		
٢	السلوك الصحي الغذائي		
٣	السلوك الصحي الوقائي		
٤	السلوك الصحي الرياضي		
٥	السلوك الصحي البيئي		
٦	السلوك الصحي القوامى		

مقياس السلوك الصحي المقترح :

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			لا	نعم
.١ .٢ .٣ .٤	أولاً : السلوك الصحي الشخصي	استحمه بالماء والصابون دائماً .		
		استخدم الفوطة لتنشيف جسمى بعد الاستحمام .		
		اهتم بنظافة شعرى وتسريحه كل يوم .		
		استخدام فرشته أسنانى كل يوم .		
.١ .٢ .٣ .٤	ثانياً : السلوك الصحي الغذائي	اتناول وجبة الإفطار بصورة منتظمة فى المنزل .		
		لا أتكلم وفمى ملئ بالطعام .		
		أعطى كوبى ليشربوا منه أثناء الاكل .		
		أشرب الشاى بعد الأكل مباشرة .		
.١ .٢ .٣ .٤	ثالثاً : السلوك الصحي الوقائي	أستخدم الشمسية للوقاية من اشعة الشمس .		
		أحرص على عدم دخول الحمام حافى القدمين .		
		أقرض اظافرى باسناتى .		
		أضع منديل على فمى وأنا أعطس		
.١ .٢ .٣ .٤	رابعاً : السلوك الصحي رياضى	أفضل المشاركة فى الالعاب الجماعية .		
		ألعب فى المكان المناسب .		
		ارتدى الحذاء المناسب لممارسة نشاط الرياضى .		
		أشارك فى المسابقات الرياضية .		

م	الأبعاد	العبارات	الرأى	
			نعم	لا
.١	خامساً: السلوك الصحي يبنى	أحافظ على نظافة البيئة .		
.٢		استمتع نظف الزهور من الحديقة .		
.٣		أعاون فى تجميل فصلى والمحافظة عليه .		
.٤		لا القى المخلفات (باقى الطعام) فى مياه الترعى .		
.١	سادساً: السلوك الصحي قوامى	احمل حقبتى على ظهرى أثناء زهابى إلى الروضة .		
.٢		أفضل الجلوس امام التلفزيون كثيراً .		
.٣		اكتب واجب الروضة فى اى مكان . أقف على القدمين دائماً .		

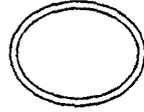
مرفق (٧)

محتوى مقياس السلوك الصحى المصور

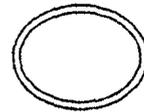
مقياس السلوك الصحي المقترح :

أولاً : سلوك صحي شخصي :

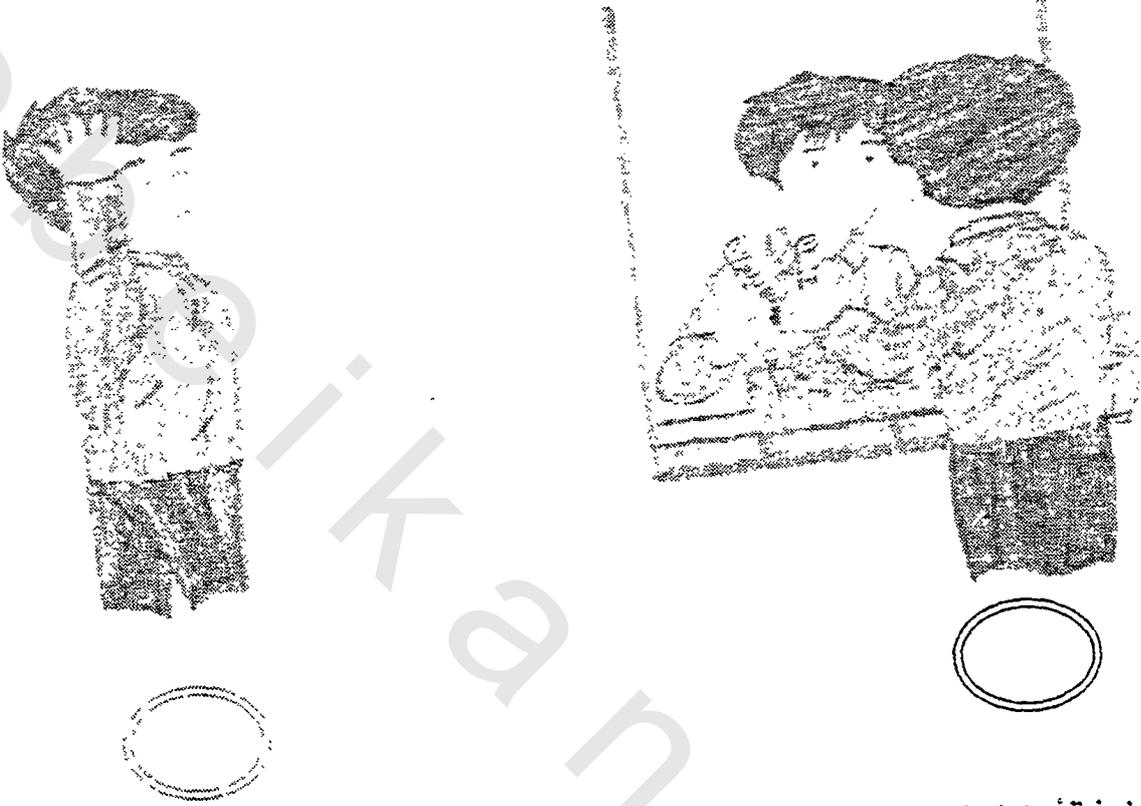
١- استحدم بالماء والصابون دائما :



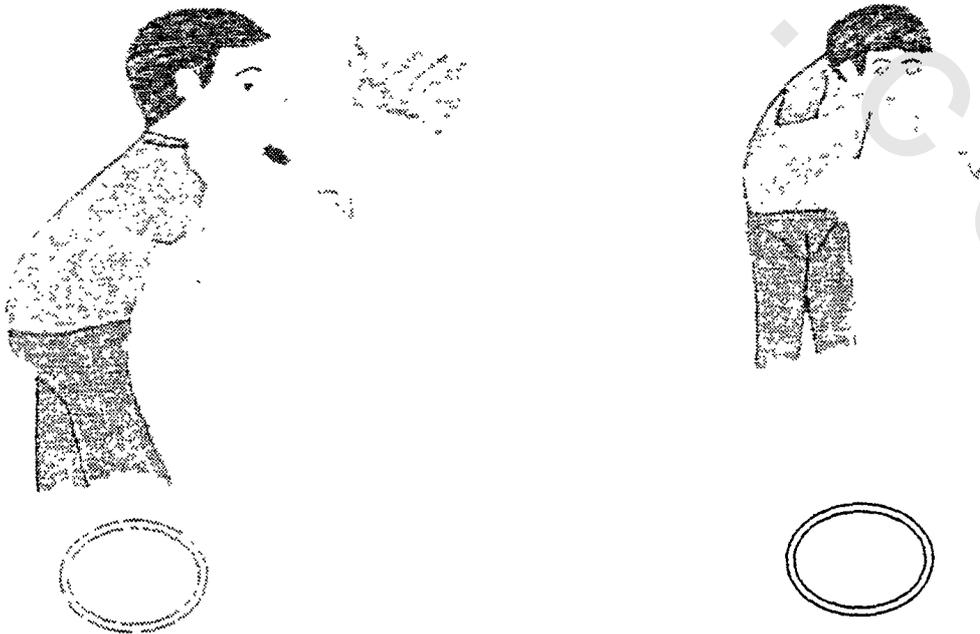
٢- استخدم الفوطة لتنشيف جسمي بعد الاستحمام :



٢- أهتم بنظافة شعري وتسريحه كل يوم:



٤- استخدم فرشاة أسناني كل يوم:

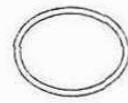


شانيا : سلوكه صحي غذائى :

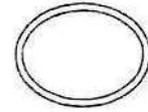
١- تناول وجبة الإفطار بصورة منتظمة :



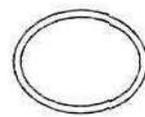
٢- لا أتكلم و فمي مليء بالطعام :



٣- أعطني كوبي لآحد ليشربوا منه :

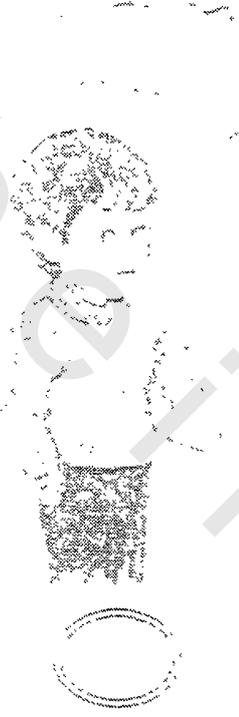


٤- أشرب الشاي بعد الأكل مباشرة :

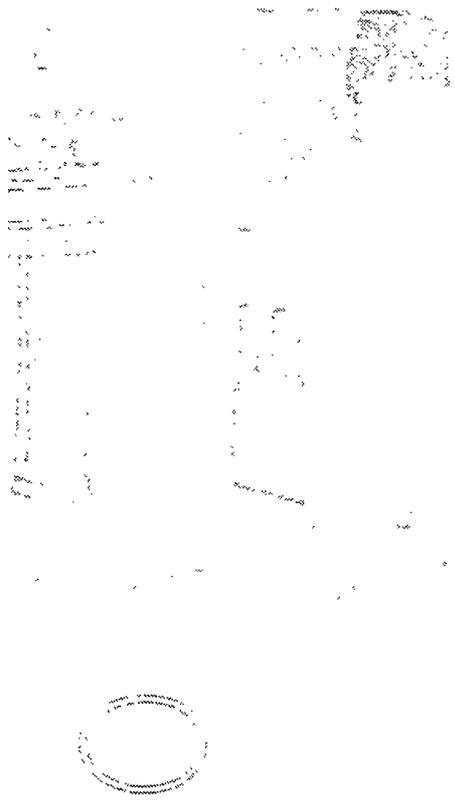


ثالثاً : سلوك الصحي وقائي :

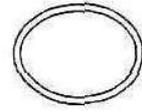
١- استخدام الشمسية للوقاية من أشعة الشمس :



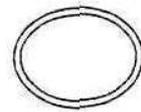
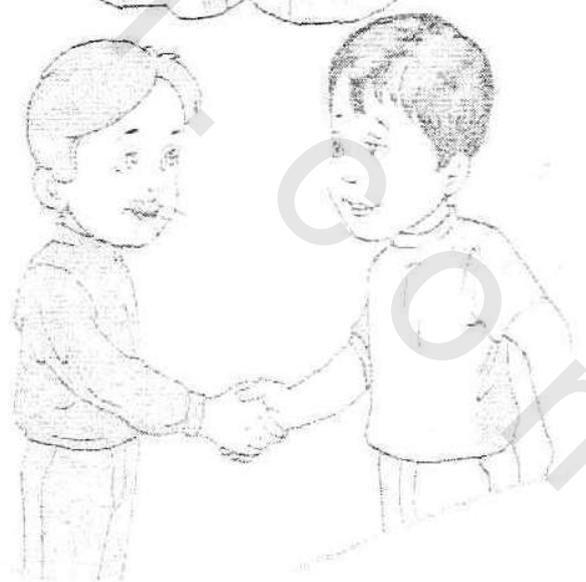
٢- أحرص على عدم دخول الحمام حافي القدمين :



٣- أقرض أظافري بأسناني :

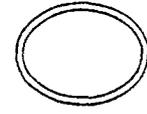


٤- أضع منديل على فمي وأنا أعطس :

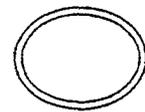


رابعاً : سلوك صحى رياضى :

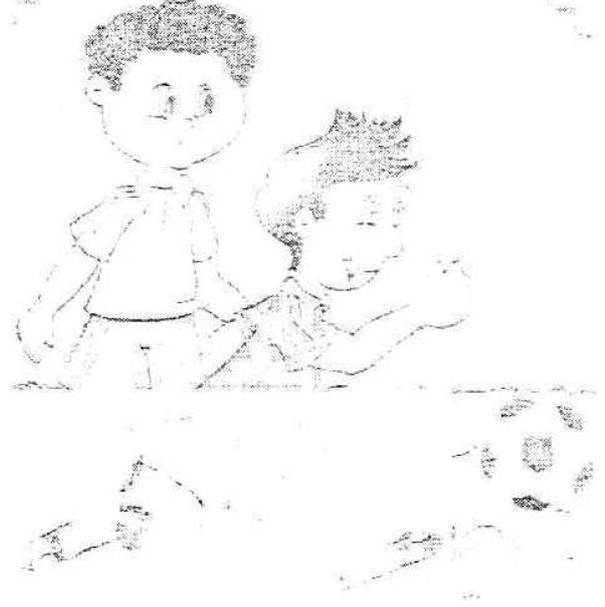
١- أفضل المشاركة فى الألعاب الجماعية :



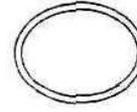
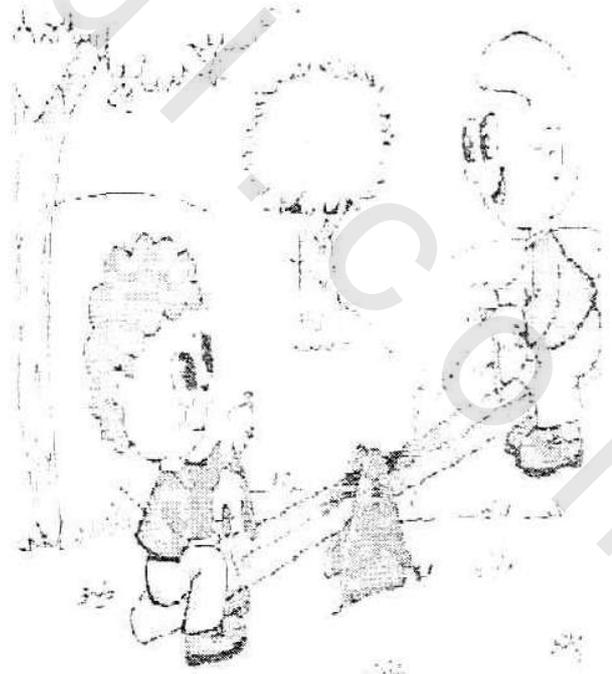
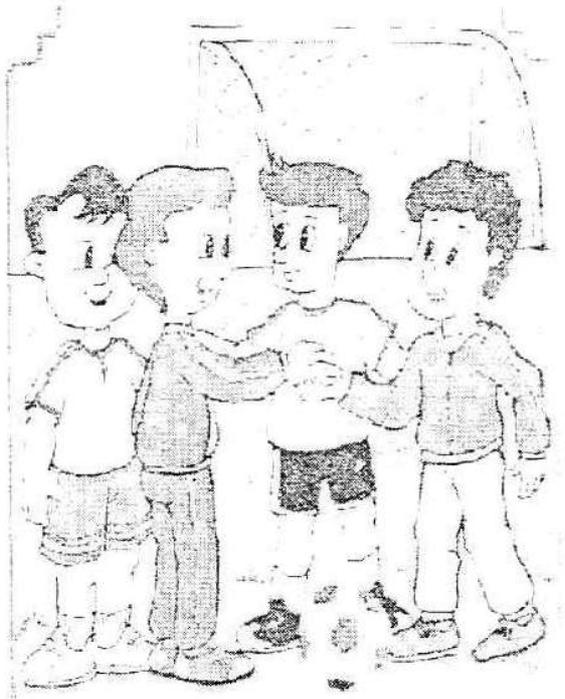
٢- أَلعب فى المكان المناسب :



٣- ارتدي الحذاء المناسب لممارسة النشاط الرياضي :

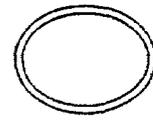


٤- أشارك في المسابقات الرياضية :

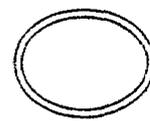


خامساً : سلوك صحي بيئي :

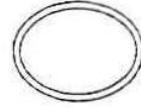
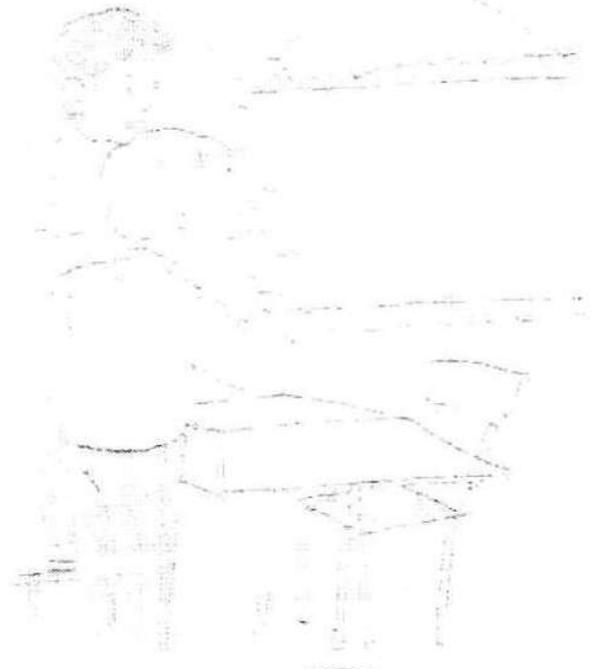
١- أحافظ على نظافة البيئة



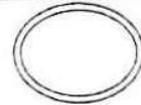
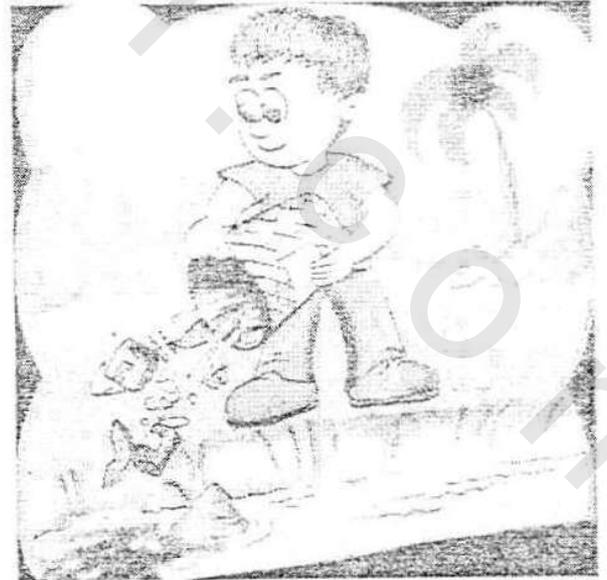
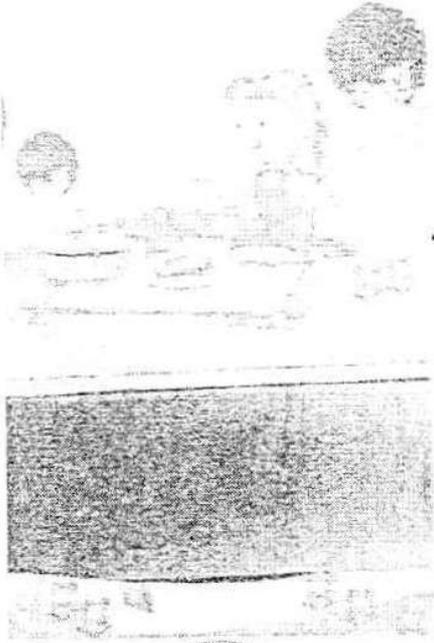
٢- أستمتع بقطف الأزهار من الحديقة :



٣- أعاون في تجميل فصلي و المحافظه عليه :



٤- لا انلقى المخلفات (باقي الطعام) في ميااد الترع :

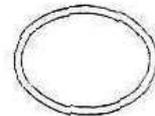
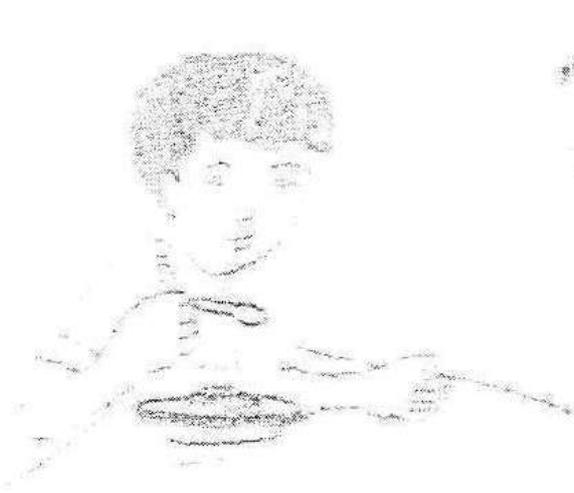


سأدبها : بطولك صحى قوامى :

١- أحمل حقيبتي على ظهري أثناء ذهابي للروضة :



٢- أفضل الجلوس أمام التلفزيون كثيرا :



٣- أكتب واجب الروضة في أي مكان :



٤- أقف على القدمين دائماً :



مرفق رقم (٨)

استمارة استطلاع رأى الخبراء

استمارة استطلاع رأى الخبراء

حول تحديد الجوانب الأساسية التى يبنى عليها البرنامج

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد

تقوم الباحثة / أمانى إبراهيم خليفة جبريل بإعداد دراسة عنونها : " برنامج أنشطة حركية وتأثيره على السلوك الصحى للأطفال ما قبل المدرسة " وذلك ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية ، وقد تطلب الأمر تصميم برنامج أنشطة حركية ، ونظراً لخبرة سيادتكم فى هذا المجال فنأمل مساهمتكم القيمة فى إبداء الرأى فى خطوات بناء البرنامج المقترح ومدى مناسبتة لهذه المرحلة واقتراح ما ترون إضافته أو حذفه أو تعديله لهذه الخطوات التى ترون عدم مناسبتها للبرنامج .

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام

الباحثة

أهداف البرنامج :

م	الموضوع	الرأى	
		نعم	لا
	أولاً : الأهداف العام :		
	هل توافق سيادتكم على ان يكون هدف البرنامج العام هو : تحسين السلوك الصحى لدى أطفال ما قبل المدرسة ، وذلك من خلال برنامج الأنشطة الحركية المقترح . ملحوظة : إذا كان المطلوب تعديل الهدف فما الهدف الذى ترى سيادتكم أنه مناسب لهذا البحث . ثانياً : الأهداف التعليمية : هل توافق سيادتكم أن تكون الأهداف التعليمية هي : أ- الأهداف المعرفية : ١- اكتساب الأطفال مجموعة من السلوكيات وإقلاعهم عن السلوكيات غير المرغوبة . ٢- أن يكتسب الطفل السلوكيات الشخصية الصحيحة . ٣- أن يكتسب الطفل السلوكيات الغذائية الصحيحة . ٤- أن يكتسب الطفل السلوكيات البيئية الصحيحة . ٥- أن يكتسب الطفل السلوكيات الرياضية الصحيحة . ٦- أن يكتسب الطفل السلوكيات الوقائية الصحيحة . ٧- أن يكتسب الطفل السلوكيات القوامية الصحيحة . ب- الأهداف الانفعالية والاجتماعية : ١- أن يكتسب الطفل الشعور بالسعادة والمتعة . ٢- أن يكتسب الطفل التعاون ومساعدة الغير . ٣- تنمية روح الفريق الواحد والثقة بالنفس . ملحوظة : إذا كان المطلوب إضافة بعض الأهداف فما هي تلك الأهداف التى ترى سيادتكم أنها مناسبة لهذا البحث .		
	١-		
	٢-		
	٣-		

أسس البرنامج :

م	الأسس	
	نعم	لا
		<p>هل توافق سيادتكم على ان اسس البرنامج تتمثل فيما يلي :</p> <ol style="list-style-type: none">١- مراعاة الفروق الفردية بين أفراد العينة .٢- مراعاة متطلبات النمو في هذه المرحلة .٣- يجب أن يتناسب محتوى البرنامج مع أهدافه .٤- يجب أن يتناسب محتوى البرنامج مع أهدافه .٥- يتناسب مع الزمن المحدد له والهدف المرجومة .٦- أن يتدرج من السهل إلى الصعب ويتوافر فيه عنصر التسويق .٧- أن يكتسب الطفل السلوك لصحي السليم .٨- يتيح الفرصة لتكوين علاقات اجتماعية .
		<p>ملحوظة : إذا كان المطلوب إضافة او تعديل بعض الاسس فما هي الاسس التي ترى أنها مناسبة لهذا البحث .</p> <ol style="list-style-type: none">١-٢-٣-

أغراض البرنامج :

م	الأغراض	
	الرأى	
	نعم	لا
	<p>هل توافق سيادتكم على أن أغراض البرنامج تتمثل فى :</p> <p>١- مساعدة الطفل على اكتساب المعلومات والمعارف اللازمة لحل المشاكل الصحية التى يعانون منها .</p> <p>٢- تحقيق التفاعل بين الطفل والمادة المتعلمة (البرنامج) .</p> <p>٣- إمداد الاطفال بالمعلومات التى تساعدهم على التعامل الصحيح مع نفوسهم ومجتمعهم وبيئتهم .</p> <p>٤- تحسين السلوك الصحى لدى أطفال العينة .</p>	
	<p>ملحوظة : إذا كان المطلوب إضافة أو تعديل بعض الأغراض التى ترى انها مناسبة لهذا البحث :</p> <p>١-</p> <p>٢-</p> <p>٣-</p>	

البرنامج :

ملاحظات	راى الخبير	الاختيارات	البيانات
		شهرين	مدة البرنامج
		٣ شهور	
		٤ شهور	
		٢٤ وحدة	عدد الوحدات فى البرنامج
		٣٦ وحدة	
		٤٨ وحدة	
		مرتان	عدد مرات الممارسة فى الاسبوع
		٣ مرات	
		٤ مرات	
		٣٠ ق	زمن الوحدة
		٣٥ ق	
		٤٥ ق	

ملحوظة : إذا كان المطلوب إضافة بعض العبارات أو حذفها فما هى العبارات التى ترى سيادتكم أنها مناسبة ؟

- ١-
- ٢-
- ٣-

م	قيادات تنفيذ البرنامج	
	الرأى	
	نعم	لا
١	هل توافق سيادتكم على أن تقوم الباحثة بتدريس البرنامج من خلال دروس التربية الرياضية بالروضة.	
٢	هل توافق سيادتكم على أن تقوم مدرسة الفصل المسنولة عن الأطفال بمساعدة الباحثة على تدريس البرنامج بعد اعطاء التوجيهات المناسبة لها بخصوص كيفية تنفيذ وحدات البرنامج.	

ملحوظة: إذا كان المطلوب إضافة بعض الموضوعات الخاصة بقيادات تنفيذ البرنامج فما هي الموضوعات التي ترى سيادتكم أنها مناسبة ؟

- ١-
- ٢-
- ٣-

م	الطريقة المستخدمة وأسلوب التقويم	
	الرأى	
	نعم	لا
١	هل توافق سيادتكم باستخدام طريقة المخاطبة لتدريس البرنامج .	
٢	هل توافق على أن يكون أسلوب التقويم المقترح للبرنامج على النحو التالي "مقياس السلوك الصحى المصور من تصميم الباحثة كأسلوب للتقويم"	

ملحوظة: إذا كان المطلوب إضافة بعض الطرق المستخدمة لتدريس البرنامج او اساليب أخرى للتقييم فما هي الطرق التي ترى سيادتكم أنها مناسبة ؟

- ١-
- ٢-
- ٣-

محتوى البرنامج :

م	محتوى البرنامج	الراي	
		نعم	لا
١.	الوردة الجميلة : تقليد الوردة وهي بتكبر وتخرج منها الفروع الصغيرة ، تقليد الوردة والهواء يحركها ، يطلب من الاطفال تحديد اسم الوردة بعد أن يشمها (بعد أن يعصب عين احد الأطفال).		
٢.	جرس المدرسة : يرتب الأطفال في دائرتين خارجية ودوائر داخلية مواجهين بعضها لبعض ، يتم خبط الأرض بالقدمين في المكان ثلاث مرات (شمال ،يمين ،شمال) .التصفيق باليدين ثلاث مرات (١ ، ٢ ، ٣) تشبيك الزملاء أيديهم واللف في المكان (٨ خطوات جري) . الجميع يتشابكون بالأيدي والاتزلاق أو الحجل المتبادل في الدائرة في اتجاه عكس عقارب الساعة (١٦ خطوة) .		
٣.	رقصة التحية : يرتب الأطفال في دائرة واحدة مواجهة للداخل .صفق . صفق . انحنى . صفق . صفق . انحنى اخبط برجلك اليمين . اخبط برجلك الشمال لف في المكان بأربع خطوات جري (يكرر ٢ ، ٣) تشابك الايدي والجري خطوة لليمين في الدائرة ودوران والجري خطوة للشمال للرجوع إلى المكان في الدائرة		
٤.	لي ولك : مجموعات كل منها طفلين لكل مجموعة كرة . يطلب من الأطفال رمي الكرة بحيث يستطيع الطفل الآخر لقفها .		
٥.	أغاب غنائية (حديقتي) في بيتنا حديقة نظيفة جميلة أشجارها مثمرة منونة تملؤها الطيور غنا وسرور ألعب فيها مع أصحابي أرسم وأستمع بكتابتي		
٦.	دائرة الكرة : يقسم الأطفال إلى مجموعتين على شكل دائرتين ، الطفل رقم (١) يدحرج الكرة في اتجاه عقارب الساعة للطفل التالي حول الدائرة . ثم يجري عكس اتجاه عقارب الساعة خارج الدائرة محاولاً الوصول إلى مكانه قبل أن تصل الكرة ثم تنتقل اللعب إلى الطفل التالي .		
٧.	قصة حركية "الطعام الجيد والنمو الجيد" - الطفل - التعب - الوالد - لاعب السيرك تقليد الأطفال للشخصيات حسب أحداث القصة بالحركات التعبيرية مع التأكيد على أهمية الطعام الجيد .		
٨.	قصة حركية "بائع الحلوى" - احمد ووالدة - شط الترفة - بعض الأطفال يستحمون في الترفة - مرض احمد - الطبيب - الطعام والشراب الملوث تنفيذ القصة بالحركات التعبيرية مع التأكد علي عدم الاستحمام في الترفة وعدم تناول الشراب الملوث .		

م	محتوى البرنامج	الراي	
		نعم	لا
٩.	قصة حركية " الوردة البلدي " - البستاني - البذرة الصغيرة-المطرة -الشمس -الهواء -نمو البذور -العصافير -فرحة الأطفال		
١٠.	هيا نلّف: الوقوف على أطراف الأصابع لتقليد الشجرة العالية، التمايل والاهتزاز لتقليد حركة الشجرة وهي تميل وتهتز والهواء يطير ورقها، الوثب لاعلى والنط لفوق ومسك أوراق الشجر، رفع العقبين وثني الركبتين مثل الازهار الصغيرة وتنمو الزهرة بطينا (فتتخذ الركبتين) وتخرج الفروع الصغيرة (فتتخذ الذراعين جانبا وترتفعان لاعلى). الهواء يحرك الزهرة يمينا ويسارا ويهزها (ثني الجذع يمينا ويسارا) ثم حركة التموج بالجسم.		
١١.	لعبة الهواء والأشجار : يقسم الفصل إلى قسمين ،قسم آخر الملعب والاذرع عاليا رفع قبل الأشجار العالية (أ) والقسم الآخر بجوار المعلمة في أول الملعب (ب) عند إطلاق الصفارة يرفع الطفل اذرع رفع مع الاهتزاز نتيجة الهواء ويجرى باقي الفصل إلى الأشجار حيث المكان جيد التهوية ثم تطلق الصفارة مرة ثانية للفريق (أ) اذرع خفض ولا يوجد هواء والفريق (ب) يرجع إلى مكانه الأصلي عند المعلمة ويتبادل الفريقين ويكرر وتشرح المعلمة فائدة الهواء النقي.		
١٢.	غير الطرق : يمشى الأطفال في طابور طويل باتجاه عقارب الساعة وعند الإشارة او الصفارة يستدير الجميع بسرعة ويمشون في عكس اتجاه عقارب الساعة، يمكن استخدام (الحجل، القفز، الوثب) بدل من المشى.		
١٣.	وز وبط : مجموعتين من الاطفال متساويتين العدد، احدهما يطلق عليه اسم بط وعلى الأخرى اسم وز وعند إصدار الاوامر تقوم كل مجموعة بالآتى : البط لاعلى مجموعة البط . وز تحت النزول قرفصاء لمجموعة الوز والطفل الذى يخطئ في مجموعة يخرج من اللعبة.		
١٤.	الجرى في الملعب عند سماع صفارة المعلمة كل طفل يأخذ وضع ، ونلاحظ الطفل الذي يقف اطول وقت ممكن . وتشجع المعلمة الاطفال الذين وقفوا اطول وقت وهذا بسبب الوزن الخفيف وإن الرياضة تحافظ على الوزن		
١٥.	المطر يسقط : ضبط الأصابع على المقعد أو المنضدة ،وضع اليدين على العينين والنظر من بين الاصابع ،عمل قوس قزح بالذراعين ،عمل صوت الرعد بدرجة أطراف الأصابع على المقعد،تشكيل السحب باليدين فوق الرأس ،جذب السحب بعيدا عن بعضهم وإسقاط الذراعين		

م	محتوى البرنامج	الرأي	
		نعم	لا
١٦	لعبة البلونة لاتقع يقسم الاطفال الي مجموعات كل مجموعة تختار لونا معيناً من البالونات ، وعند سماع الصفارة يضرب الأطفال البلونة باليد الي أعلى لمنعها من السقوط ، ويعد الفريق الذي تنفجر بالونه أو تلمس الأرض أولاً خاسراً، وبهذه الالعاب تحبب المعلمة الاطفال في الالعاب الحركية الجماعية وممارسة النشاط الحركي لكي يحافظ علي القوام الجيد		
١٧	إحنا الخضار إحنا الخضار مين زينا مين خس وطماطم أو جزر الله عليها بزيت وليمون دوق سلطتنا أكون ممنون إحنا الخضار من زينا مين		
١٨	الجرى في الملعب وعند سماع إشارة المعلمة كل طفل يأخذ من علي الأرض ورق البسكويت الفارغ ويضعه في الأماكن المخصصة لوضع القمامة حتى يصبح الملعب نظيف لممارسة النشاط الحركي .		
١٩	(حركات إيقاعية) . الديب : بالقرعة يتم اختيار طفل يقوم بدور الديب ، تقف مجموعة الأطفال فسي شكل دائرة مع مد الذراعين جانباً ليتم تشابك الأيدي حول الديب ويغنون . المجموعة : يلا نعلب فى الجينية قبل ما يجى الديب علينا . الديب : عوعوعو . المجموعة : يا ديب يا ديب بتعمل إيه . الديب : بستحمة . المجموعة : يا ديب يا ديب وكمان إيه . الديب : بنشف جسمى . المجموعة : يا ديب يا ديب وكمان إيه . الديب : بسرح شعرى . المجموعة : يا ديب يا ديب علشان إيه . الديب : علشان علشان . هنا يحاول الديب إمساك احد الأطفال الذين يتركون الدائرة ويجرى الديب ويطاردهم حتى يمسك أحد الأطفال ويدخل معه الدائرة وتستمر اللعبة .		
٢٠	فى الطريق إلى المدرسة : تبادل ثنى الركبتين مع ثنى الذراعين وفردهما مانلاً خلفاً لحمل النشطة خلف الظهر والوقوف معتدل القامة والنظر للأمام والمشى الرياضى بخطوات ثابتة مع رفع الرأس وأرجحة الذراعين مع استنشاق الهواء . الاستعداد للوقوف فى طابور الصباح والمشى الرياضى للوقوف فى طابور الصباح والمشى الرياضى للوقوف فى قاطرات ثم ثنى الجذع للوصول		

م	محتوى البرنامج		الراي
	لا	نعم	
		<p>للوضع الاصلى ورفع الركبتين عاليا بالتبادل مع رفع الذراعين اماما ثم عاليا جانباً أسفل ثم الوثب بالدوران باليمين واليسار . ميل الجذع يمينا ويساراً ثم الوقوف لحمل النشطة ثم الوقوف على اطراف الاصابع والدوران دورة كاملة تعبيراً عن الفرحة.</p>	
٢١.		<p>حركات ايقاعية مع الغناء : فى الصبح بدرى : كل يوم الصبح بدرى أغسل وشى وأصلى لربى افطر وأجرى أروح مدرستى احضر كل دروسى وحصصى وأشلهم على ظهري وبعد الظهر أرجع دوغرى أكل والعَبَ وذاكر مع امى اشرب لبنى وانام بدرى عشان بكرة ماتأخرشى .</p>	
٢٢.		<p>(هيا تجمل الفصل) أشكال من الورق (دوائر ، مثلثات ، أشجار ، زهور ، طيور ، نجوم ، كور) توضع جميع الأشكال فوق منضدة . يجلس جميع الاطفال فى دائرة ويجرى كل طفل بسرعة ليأخذ الشكل الذى يريده وعند البدء يتم المناداة على أحد الأشكال مثلاً الزهور والاطفال الذين لديهم نفس الشكل يحجلوا عكس عقارب الساعة فى دائرة والعودة الى المكان الموجود به لوحه وبرية الطفل الذى يحمل الزهرة ويكون هو الفائز فى الحجل هو الذى يلصق الزهرة ويكون هو الفائز فى الحجل هو الذى يلصق الزهرة فى اللوحه وهكذا حتى تنتهى اللوحه الوبرية ويصبح هذا الركن جميلاً</p>	
٢٣.		<p>(خطوات البالونات) تنفخ البالونات بعدد الاطفال وتربط بخيط طوله ٥٠.٥ م وتربط بمفصل قدم الطفل وعند بدء اللعب يحاول كل طفل الجرى لتنفجر بالونه زميله وانقاد بالونته حتى يفوز .</p>	
٢٤.		<p>(جولة فى الروضة) تصطحب المعلمة الاطفال الى قسم الحمامات بالروضة للتدريب عمليا على آداب استعمال الحمام. يقف الاطفال قطار واحد بعيداً عن الحمام بمسافة ٧م يدخل الطفل الاول الى باب الحمام وباقى الاطفال يوثبوا فى المكان. - يتم دخول الحمام والطفل مرتدى حذاءه. - يتم غلق الباب بعد دخول الحمام. - يتم الجلوس على التواليت. - بعد قضاء الحاجة. - شد الخزان الماء بالحمام مرة وحدة مع التنبيه على الاطفال بانه ليس لنعب. - افتح الحنفية قليلا لتغسل أيدك ويتم غلقه بعد الانتهاء من الاستخدام. الخروج من الحمام ويكرر هكذا حتى ينتهى جميع الاطفال.</p>	

م	محتوى البرنامج	الراي	
		نعم	لا
٢٥.	(لعبة ظهر لظهر):- ينتشر الاطفال فى الملعب كل اثنين ظهر لظهر ويزيد لاجب المساك تنادى المدرسة ظهر لظهر يجرى الاطفال ويغير كل منهم زميله ويحاول المساك ان يحذر زميل والذي يبقى بدون زميل يكون هو المساك		
٢٦.	(عبور النهر) يتم وضع مقعدين من المقاعد السويدية على أن يكون متوازيين يكون بينهما فراغ يمثل المقعدان صفتى النهر والفراغ النهر ويطلب من الأطفال الوثب فوق النهر دون الوقوع فيه، يمكن وضع اسماك أو أوراق أو أكياس أو قاذورات داخل النهر الملوث، زيادة عرض النهر أو تصغيره		
٢٧.	يا سمكه يا سمكة يا سمكة ياسموكة مالك ساكنة ومش مبسوطة مش زى عوايدك ويانا أوعى تكونى منا زعلاته يا اصحابى مشى زعلاته منكم بس أنا زعلاته من جيرانكم دايما يرموا سموم فى المية وده طبعا بيؤثر فيا قاذورات وسوائل وحاجات مش قادرة أتتنفس يا اولاد وأنا خايقة لما تأكلونى تتأذوا منى وتكرهونى		
٢٨.	(فتحى يا الوردة) يكون الاطفال دائرة وتتشابك أيديهم ويغنون (فتحى يا وردة) يمدوا أيديهم على مداها الى أعلى مع طرح رؤوسهم الى الخلف و يغنون (اقفلى يا وردة) حيث تتقارب الاكتاف وتميل الرأس والجذع الى الداخل مع خفض الأيدي ثم تقليد الوردة والهواء يداعبها (وقوف) ميل الجذع للجانب الأيمن والعكس.		
٢٩.	(زهور الجنيينة) يا زهور الجنيينة عاوزين نقولك حاجة إحنا صحيح صغيرين أبدا أبدا مش راح نقطف ورد ح نخلى جنينتنا جميلة علشان تبقى بلادنا جميلة يا غالبا علينا ونعاهدك عليها لكنا فاهمين عارفين ولا نرمى فضلات على الأرض وننظف دايما حوالينا علشان تبقى بلادنا جميلة		

م	محتوى البرنامج	الراي	
		نعم	لا
٣٠	(الحنفية) طفلين يغمى عيني كل منهما بمنديل ويطلب منهما الاقتراب الى الحوض وغسل ايديهم وغلق الحنفية وتنشيف الشعر وتسريحه. (وقوف) المشى اماما مع عمل دوائر بالكفتين اماما وخلفا. الوصول الى الحنفية فتح الحنفية وغسل اليدين والشعر وتسريحه وغلق الحنفية. الرجوع الى مكان البداية بالجرى السريع لاختيار أفضل طفل في الاداء والسرعة		
٣١	(الماء) تک تک تک انا نقطة المية اهلا أهلا يامية حذروا فذروا قولى لنا يامية أفقل دائما الحنفية وأوعى تلوث نهر النيل عاوزين تبقى بلادنا جميلة عاوزين تبقى بلادنا جميلة	مين بيدق الباب افتحوا لى يا أحباب ده انت حياة البشرية عاوزة أقول إيه. ح تقولى إيه أوعى تسيبها تنقط ميه انت بكده تؤذى الملايين عاوزين تبقى بلادنا جميلة	
٣٢	(سباق القصافة) يقف أربع أطفال على خط بداية واحد وتوضع ثلاث قصافات على منضدة على بعد ١٠ م وعند إشارة المدرسة يقوموا (وقوف) المشى اماما على المشطين بأقصى سرعة يتم الوصول الى المنضدة ويأخذ كل طفل قصافة عدا واحد يخرج من المسابقة وتستمر المسابقة ولكن يتم إخراج قصافة ليبقى اثنين على المنضدة ويعود ٣ أطفال الى خط البداية (وقوف) المشى اماما على الكعبين. وقوف مواجه المنضدة على بعد ١٠ م الجرى مع تبادل رفع المركبتين اماما عاليا يتم الوصول الى المنضدة ويأخذ كل طفل قصافة عدا طفل واحد يخرج من المسابقة ويتم إخراج قصافة من الاثنين لتبقى واحده ويعود الطفل الى خط البداية. وقوف الجرى اماما مع تبادل رفع العقين خلفا وقوف مواجه المنضدة على بعد ١٠ م اماما مع ثنى المرفقين ويتحركما اماما خلفا بالتبادل حتى يصل احدهما ويمسك بالاضافة ويكون هو الفائز		
٣٣	(الإضافة) أقص ظوافرى بالاضافة وأحمى نفسى من ميكروب يدخل بطنى وأقول ياممتى أف فى بطنى تخدنى وتجرى على دكتورى		

م	محتوى البرنامج	الرأي	
		نعم	لا
	وتوصف حالتى من أول ما أقرضت ظوافرى بأسناني بص فى وشى وقال يا حرام هديك حقته كبيرة تام خفت ورحت فى حضن ماما مش راح أقرض تانى ظوافرى		
٣٤	(براد الشاى) يجلس الأطفال على شكل دائرة ليمثلون المائدة ويمثل أحد الأطفال الخضر وأحدهم الفاكهة وأحدهم الجبن وأحدهم الخبز وأحدهم البيض وأحدهم يمثل فنجان الشاى وآخر يمثل براد الشاى ويعنى. أنا أنا أنا (١) براد الشاى إيدى كدا (٢) بوزى كده اميل كدا (٣) أصب الشاى وأرجع كدا (وقوف) الجرى فى المكان (١) ثم المشى الجانبى على أطراف الأصابع (وقوف) انثناء عرضاً المشى أماماً مع دوران الكتف الأيمن أماماً خلفاً على شكل نصف دائرة (٢) (وقوف) المشى أماماً مع مرجحة الذراعين مثنية أماماً عاليًا التبادل (٢) رفع الذراع اليسرى عاليًا ثم وضعهما (وقوف .نصفا) الحجل فى الوسط فى المكان مع مرجحة الرجل الحرة خلفاً عاليًا وميل الجذع أماماً تعنى الجذع جهة اليمين ثم الرجوع للوضع الأصلى		
٣٥	(الطعام) ما أطيب الطعام ما أنفع الطعام تقوى به الأجسام تحيا على الأيام..... الطير والإنسان ومثله الحيوان..... من أول الزمان تحيا من الطعام كلنا نريد أن نأكل المزيد لكن من المفيد أن نأكل بانتظام.		
٣٦	(أنا السلطان) يبدأ النشاط الحركى بعمل بعض التنشيطات ثم اللعبة حيث تتكون اللعبة من مجموعة من الأطفال ويختار منهم طفل ليمثل دور الأم وأخر ليمثل السلطان. تختار الأم لكل طفل نوع من أنواع الطعام خلف ظهر الأم على شكل قطار يثب جميع الأطفال أثناء حديث الأم مع السلطان وعندما يختار السلطان نوع من الطعام ويخرج الطفل الذى سمي بهذا النوع من الطعام يقف باقى الأطفال. السلطان: يدق الباب دق دق الأم: مين على الباب السلطان: أنا السلطان. الأم: طالب إيه. السلطان: وجبة إفطار الأم: الساعة كام		

م	محتوى البرنامج	الرأي	
		نعم	لا
	<p>السلطان: الساعة ٧ الأم: تاكل إيه السلطان: قطعة جبنة يخرج الطفل المسمى بقطعة جبنة يجرى ويجرى وراءه السلطان وإذا امسك به يدخل النار وإذا دخل في حضن أمه يدخل الجنة ويستمر السلطان في طلب باقى أنواع الأكل.</p>		
٣٧.	<p>(الاكل) يطلب من كل طفلين الاشتراك مع بعضهما ويغمى عينى على كل منهما بمبدل ثم يقدم كل منهما كوب زبادي وملعقة ويطلب من كل منهما أن يقدم الزبادي لزميله بواسطة الملعقة والفانز و الذى ينجح فى إطعام الآخر والانتهاه منه قبل الآخر.</p>		
٣٨.	<p>الأطفال رايعين يبصوا على الشمال والأطفال يتقف والعربات فى الشارع الإشارة الحمراء الإشارة الصفراء أما اللون الاخضر عدوا يا شطار عدوا فى سلام</p>	<p>والأطفال جايين يبصوا على اليمين لازم على الرصيف ماشيه على السريع معناها الوقوف تتاكد وتشوف معناها الأمان</p>	
٣٩.	<p>(كوب العرقسوس) الطفل عادل ووالده العب فى الطريق بالكرة أثناء الذهاب للروضة بانع العرقسوس الحائل مرض عادل الطبيب الطعام والشراب الملوث * التاكيد على عدم الاستحمام فى الترة وعدم تناول الشراب الملوث. والد عادل: (وقوف) المشى بخطوات واسعة مع ميل الجذع امام. مع مراعاة أن تكون حركة الذراعين معاكسة لحركة الرجلين والنظر للامام استيقاظ عادل وتغيير ملابسه. (جلوس طويل) ثنى الجذع للإمام وقوف الجرى اماما مع ثنى المرفقين وتحريكها اماما خلفا بالتبادل. اصدقاء عادل ينادون عليه للذهاب للروضة: (وقوف) الجرى فى المكان (وقوف) الجرى اماما مع تزايد سرعة الجرى (وقوف) حمل الكرة بيد واحدة الجرى اماما فى خط مستقيم. يلعب الأطفال بالكرة فى الطريق ويؤذوا المارة بالكرة أثناء لعبهم. بانع العرقسوس: (وقوف نصفاً) الحبل فى المكان مرجحه الرجل الحرة اماما عاليا عاليا ثنى</p>		

م	محتوى البرنامج	الراي	
		لا	نعم
	<p>الذراعين من المرفقين. يجرى الاطفال وراء بائع العرقسوس ويشترى عادل كوب عرقسوس وشرب هو وزميله أحمد الكوب وبعد ذلك ذهبوا للروضة. مرض أحمد وعادل من شرب كوب العرقسوس لأنهم شربوا من الباعة الجائلين وشربوا من كوب واحد. الذهاب للطبيب (وقوف) الجرى بخطوات سريعة</p>		
. ٤٠	<p>كوبى: كوبى كوبى يا أبو دايره طوبى ياغالى علي أدخل إيدى جوه أيدك وأحط شفائى على فوهتك واشرب منك. نفسى أعهدك محدش يشرب منك علشان أحمى نفسى من مكروب يدخل جسمى وأضيع نفسى</p>		
. ٤١	<p>(سباق اللمس) يقسم الأطفال إلى فريقين ويقفان فى صفين مواجهين لبعضهما يؤدي كل طفل: (وقوف) الجرى فى المكان (وقوف) الجرى للإمام بخطوات سريعة حتى يلمس الأطفال فرشاه الاسنان الموجودة فوق المنضدة فيسرع الأطفال للمس الفرشاة ثم يعود إلى أماكنهم ويعاد مرة أخرى ولكن بالحجل (وقوف. نصفاً) ثبات الوسط الحجل أماما بالتبادل حتى يتمكن أحد الفريقين من لمس الفرشاة ويحدد الفريق الفائز</p>		
. ٤٢	<p>فرشه أسنان: انا عندى فرشه أسنان لونها جميل وطريه كمان ومعجون أسنان جميل طرى كده منعش ومفيد اغسل بيهم كل يوم لما أصلى وأقوم من النوم وكمان أغسل بهم بسرعة لما أكل حلويات وقبل مروح لسريرى وأناام</p>		
. ٤٣	<p>(شقاوة سمس) ٣ أصدقاء (الفيل كنتر - القرد سمس - العصفور نانا) تناول الطعام بكثرة - عاصفة من الهواء (إلقاء) انثناء مع مد اليدين فى مستوى الساعدين ثنى الجذع أماما لوضع اليدين بجانب الطعام مع دفع القدمين عاليا وثنى الركبتين على الصدر حتى يستند ثقل الجسم على اليدين لفترة قصيرة ثم يلى ذلك من هذا الوضع (إلقاء) رفع اليدين لوضعهما أمام الفم لتناول الطعام التمايل والاهتزاز لتقليد حركة الشجرة الهوائية يتكلم القرد مع العصفور والفيل يأكل القرد كمية كبيرة مرة واحدة ويرد على العصفور القرد أكل كمية كبيرة ومرض وذهب للفيل عنتر ليأخذه للطبيب الثنى النصفى عمل (رجلى الفيل) -ثنى الجذع للأمام قليلا (جذع الفيل)</p>		

م	محتوى البرنامج		الرأي
	لا	نعم	
		<p>-رفع الذراعين أماما ولصق الكفين (خرطوم الفيل) يمشى الفيل ببطء وهو يحرك خرطومه يمين ويسار الى أن وصل الى الطبيب وكشف على القرد وطلب منه أن يأكل بكميات صغيرة وكذلك نصح الفيل العصفور : لاحظ خروج الطعام من فم القرد وهو يتكلم فاستاء لهذه الطريقة</p> <p>قرد : (افقاء) المشى أماما على أطراف اصابع القدمين مع مرجحة الذراعين أماما خلفا بالتبادل عصفور: وقوف رفع الذراعين جانبا ثم تحريكهما اعلى أسفل خفيف تقليد الشخصيات بهذه الاوضاع مع توضيح أهمية تناول جزء بسيط من الطعام مع مضغه جيدا.</p>	
٤٤.		<p>ايدى فى ايدك نعمل دايره: ايدى فى ايدك نعمل دايره.... دايره كبيرة كبيرة وهائلة دايرة تلف تلف تدور.... وكل واحد ياخذ دور ومع الصفارة نطلع بره ونرجع نأتى نعمل دايره/ دايرة كبيرة كبيرة وهائلة.</p>	
٤٥.		<p>(الشمسية في اللعب) يقسم الاطفال فريقين و يتم تحديد الفريق الحامل للشمسية و يجلسون في قاطرة و امامهم رئيسهم و يقف الفريق الآخر بعيد عنه بمسافة ١٠ م و ياخذ رئيس الفريق الجالس شمسية و يمر على افراد فريقه يخفيها مع كل فرد كي يضل الفريق المضاد و يتقدم رئيس الفريق الاخر محاولا معرفة مكان الشمسية فاذا نجح في معرفة مكانها ياخذ نقطة و يتبادل الفريقين أماكنهم و تحسب النتيجة في نهاية النشاط بعدد النقاط التي يحرزها الفريق .</p>	
٤٦.		<p>دورى دورى دورى دورى يادنيا بينا فيك بنشوف أصحابنا واهالينا... تحية كبيرة لأطفال الدنيا تحية كبيرة لأجدادنا الغالية.... دورى دورى يا دنيا بينا فى سماكى نجوم بنتور بيالينا.... وفى نهارك شمس بتشع علينا ساعات تستخدم شمسية..... من الشمس تحمينا دورى دورى يا دنيا بينا</p>	
٤٧.		<p>(الاطعمة): يسمى كل طفل نفسه على اسم شيء معين من الأطعمة التي تطهى داخل المنزل وأطعمة أخرى جاهزة خارج المنزل. الاطعمة المطهية داخل المنزل تعمل دايره (وقوف) الجرى الجانبى على اطراف الاصابع (وقوف) الجرى الجانبى ٤ عدات والوثب فى المكان ٤ عدات الاطعمة الغير مطهية فى المنزل تقفز على قدم واحده خارج الدائرة الاطعمة المطهية فى المنزل تجلس قرقضاء فى الدائرة الاطعمة الغير مطهية فى المنزل تنام على الأرض</p>	

م	محتوى البرنامج	الراي	
		نعم	لا
٤٨	الارانب: كان فيه ارنب طالع يلعب لقي بسكوته وكمان بسكوته شئها وكالها لما اكلها قال اه يابطني هتموتنى		
٤٩	تتابع السبورة يجلس الاطفال علي مقاعد في صفوف و يتحرك الاطفال وفقا لإشارة المعلمة اما بالجري او الحجل او بالوثب حتى يصل إلى السبورة و يرسم عليها جزء من شكل طفل يقف علي قدم واحدة ثم يعود و يلمس زميله التالي الذي يقوم الي السبورة و يستكمل ما أشار به المعلم ثم يطلب منهم رسم طفل يقف علي القدمين بالتساوي و القاطرة التي تنتهي اولاً هي الفائزة		
٥٠	لعبة الذنب في القفص يكون الأطفال دائرة مع تشابك الأيدي فيختارون أحد الأطفال ليقف في الدائرة ممثلاً الذنب و يتحرك الاطفال بخطوات قصيرة إلى أي اتجاه يسارا ويميناً عند الإشارة يحاول الذنب الخروج من الدائرة اما من تحت يدي زميلة أو أي طريقة أخرى وعندما ينجح الذنب في الخروج من الدائرة يطارده الأطفال و من يلمسه أولاً يصبح ذنباً .		
٥١	نقل البيضة يرسم خطان للبداية و آخر للنهاية يقف الأطفال في قاطرات خلف خط البداية مع إعطاء كل طفل رقم ويوضع أمام كل قاطرة طبق صغير به بيضة مسلوقة - يذكر أي رقم و ليكن ؛ مثلاً فيجري الطفل رقم ؛ من كل قاطرة ليحمل الطبق بيده ليصل إلى خط النهاية ثم يعود دون أن تقع البيضة فإذا وقعت البيضة علي الأرض يعيدها في الطبق و يعود لبدأ من أولاً سباق و الطفل الذي يصل أولاً يعلن فوز و تكرر باقي الأرقام		
٥٢	تشرح المعلمة للأطفال كيفية استخدام أدوات النظافة وفائدتها في المحافظة علي صحة الأطفال (مثل المشط - الصابون - معجون أسنان - مناديل ورقية) ثم تطلب منهم بعد تقسيمهم الي مجموعتين الجري من نقطة بعيدة لنقطة النهاية و القيام بالحجل الي ان يتم الوصول لنقطة النهاية حيث توجد أدوات النظافة		
٥٣	(يا صحابي و يا صحباتي) يا صحابي و صحباتي هنا ومحلك سر بصوا و شوفوا حجاتي انما ايه في السر عندي فرشاة أروية لها شعر صغنون ومعاها أنبوبة بتطلع معجون أخذ من دي علي دي وألمع أسناني و اسلك علي الهادي الصف التحتاني من تحتيه لفقيه و الصف الفوقاني		

م	محتوى البرنامج	الرأي	
		لا	نعم
	و في النهاية يتم تصفية الأطفال الفائزين إلى أن يتم تحديد فائز واحد		
.٥٩	كلو بامية يقف الأطفال في دائرة و يمد كل منهم ذراعه اليمنى داخل الدائرة مع تحريك اتجاه الكف لأسفل و توضع الأيدي فوق بعضها البعض و يعني الأطفال مع هز الأيدي لأعلى و لأسفل كلو بامية و القطعة سامية كلت البامية عسكر فوق و عسكر تحت الله عليك بيتاع الكحك		
.٦٠	(كرة الحائط) يبدأ اللعب بتمرير الكرة علي الحائط بطريقة معينة بحيث ترتد الي الطفل مرة أخرى يحاول اللاعب الآخر لقف الكرة قبل أن ينتقطها اللاعب الأول و علي اللاعب الآخر أن يمررها علي الحائط بسرعة و لكن أحيانا تخرج الكرة من يد اللاعب الأول و لا يستطيع اللاعب الآخر لقفها و تخرج في الشارع أمام السيارات و اللاعب الذي يمسكها أولا يأخذها و يمررها علي الحائط و تحسب نقطة للاعب الذي مرر الكرة و لقفها و اللاعب الفائز هو الذي حصل علي نقاط أكثر.		
.٦١	الطفل المستحم اغتسل يا حبيبي ... اغتسل أيها الطفل الصغير أن المياه تبتسم عند رؤيتها لطفل ... المياه تلعب و تغني و تفتخر بك الأم... أيد صغيرة نظيفة لا تعرف القذارة ... عيون لامعة مباركة و بعد الحمام يكون الطفل المستحم ولد جميلا		
.٦٢	(الازهار والفراشات) . يقسم الأطفال إلي فريقين الأزهار والفراشات تجلس الأزهار علي الأرض و تتفرق الفراشات في الفناء مع الإشارة تجري الفراشات حول الأزهار و مع الإشارة الأخرى تتوقف الفراشات في مكانها و علي الأزهار أن تحاول لمس الفراشات بعمل بعض الحركات غير الانتقالية (امتداد-ثني-تمايل) كل فراشة تلمس تصبح زهرة إلي أن تبقي الفراشة الأخيرة فتكون الفائزة و يمكن استخدام إيقاع بسيط مصاحب		
.٦٣	الاطواق نشر الاطواق علي الأرض و عند سماع الإشارة الثانية يحاول كل طفل أن يقف بداخل الطوق الذي يبقي دون طوق يخرج من الملعب و معه طوق وهكذا حتى تنتهي اللعبة علي طفل واحد مع تقسيم الأطفال إلي مجموعات متساوية لعمل مسابقة .		
.٦٤	مسابقة رياضية . ١- يقسم الأطفال إلي أربع مجموعات ، تقف كل مجموعة أمام هدف مرسوم علي الأرض مكونه قاطرة أن تكون كل مجموعة لها قائدة ممسكه بالكرة عند الإشارة بالبداية تقوم القائدة برمي الكرة علي الهدف و يحتسب نقطه إذا أصابت الهدف و يجمع نقاط كل مجموعة علي حدي لتحديد المجموعة الفائزة .		

م	محتوى البرنامج	الراي	
		نعم	لا
٦٥	لعبة سباق البالونات : من وضع الوقوف علي خط البداية بدأ السباق بدفع البالونات بالقدم حتى خط النهاية .		
٦٦	قصة حركية (الفلاح الشجاع) كان فيه فلاح اسمه عم أحمد كان مجتهدا في عمله وعنده حيوانات كثيرة - تمكن بمعونة أصدقائه من القبض علي لص خطير يسرق المواشي هيا نسمع القصة من اولها (تمرين رقبة) عم أحمد يستيقظ مبكراً (المنبه يرن) (الوقوف) ثني الرأس علي الجانبين بالتبادل - عم احمد يغسل وجهه وذراعية وقدميه (أذرع - أرجل) - اطلب من تلاميذ تقليد عم احمد بالحركة - يلبس ملابس-الجلباب - الحذاء - غطاء الرأس(أذرع - أرجل) - اسأل التلاميذ من يستطيع تقليد حركة عم أحمد وهو يرتدي ملابسه؟ - يمشي بنشاط الي حلقة (مشي) اطلب من تلاميذك السير مثله. - أثناء سيرة إلي الحقل تقابله ترعة صغيرة فيثب إلي الجاني الأخر اطلب من تلاميذك الوثب . - عدم رمي مخلفات الحقل في الترعة.		
٦٧	لعبة صياد السمك يقسم التلاميذ إلي مجموعات كل مجموعة تكون دائرة مع كل دائرة كرة يقف التلميذ في وسط الدائرة يقوم التلميذ بتصويب الكرة علي رجل التلميذ الذي في وسط الدائرة عند ما تلمس الكرة يستبدل بأخر		
٦٨	لعبة التماثيل : يقف الاطفال في مربع ناقص ضلع وتقف المعلمة في مكان يسمح برؤية كل الاطفال في الضلع الناقص وتطلب منهم تقليد حركتها . تقوم المعلمة: بتقليد تناول الطعام وشرب كوب الشاي بعد تناول الطعام . اول طفل :- سيقلد الحركة يكون هو الفائز ويقوم بدور المعلمة في إعطاء حركة لباقي الاطفال مثل (تناول الطعام في المنزل - لا أتكلم وفمه مئى بالطعام - أتناول وجبة الإفطار محتوية علي كافة العناصر الغذائية)وهكذا يستمر اللعب في تقليد الحركات الوقوف والجلوس علي الإشارة حدد الفائز الاول .		
٦٩	قصة حركية (علاء ونظافة الغذاء) -يقوم أحد الأطفال بتجسيد شخصية الطفل علاء -مجموعة من الأطفال تقوم بدور الخضروات والفاكهة -أحد الاطفال يقوم بدور الأم - أحد الأطفال يقوم بدور الطبيب - أحد الأطفال يقوم بدور البائع		

م	محتوى البرنامج	الراي	
		لا	نعم
٧٠.	<p>- رحلة إلى الحديقة :</p> <p>اجعل الأطفال يتخيلون أنهم ذاهبون في رحلة إلى الحديقة وسيمشون في الطريق وأثناء الأداء عرفهم :</p> <p>-كيفية تعديّة الشارع ومساعدة الضعيف في أثناء التعديّة .</p> <p>- استخدام الشمسية أثناء المشي للحماية من أشعة الشمس .</p> <p>- عند دخول الحديقة والمحافظة علي الورد والنباتات .</p> <p>-عدم إلقاء المخلفات علي الأرض .</p> <p>- تشجيع المعلمة الأطفال علي ضرورة زراعة نباتات خاص بهم في المنزل وحثهم علي رعايته</p>		
٧١.	<p>تتابع جمع الكور:</p> <p>يقسم الأطفال الى مجموعات وعند البدء يجرى اللاعب الأول من كل قاطرة ويجمع الكور الموضوعه في الدائرة في السلة ويعود ثانية ليعطي السلة فيجرى بها ويضع الكور التي بها في الدائرة ويعود لإعطائها وهكذا بالتبادل والفريق الفائز هو الذي ينتهي أولا من السباق .</p>		
٧٢.	<p>الحجل بالتبادل:</p> <p>إحنا الأطفال الحلوين ...نحجل وإحنا فرحانين نحجل علي الرجل اليمين والرجل اليسرى ... وتلف من هنا بالحجل كمان ونصف كده ثلث صفقات ... ساعة الليل تنام الأزهار وساعة النهار تفتح بجمال...نستمع بيها</p>		
٧٣.	<p>(كن رشيقا وسريعا)</p> <p>- التحرك حول الملعب في اتجاهات مختلفة .</p> <p>- الإسراع في الحركة مع تغيير الاتجاهات .</p> <p>- الوثب عاليا في الهواء أو الوثب والهبوط علي قدم واحدة</p>		
٧٤.	<p>هيا نلقف :</p> <p>توقيت منخفض مع استخدام الإيقاع الموسيقي يطلب من الأطفال تنطيط الكرة علي الإيقاع والتقدم بها للأمام حتى يتم توصيلها إلي الزميل المقابل من نفس القاطرة ويكرر.</p>		
٧٥.	<p>(العب الأصابع).</p> <p>عندي عشر أصابع ملك لي أنا أقفلهم بقوة وأفتحهم بعيداً مع فتح وضم الرجلين والوقوف ثبات علي القدمين . أنا أجعلهم يقفزون إلي أسفل ثبات القدمين . أنا أثنيم بسرعة هكذا مع ثني وفرد الركبتين .</p>		
٧٦.	<p>(الطيارة) .</p> <p>الجري الحر مع رفع الذراعين جانبا وعمل صوت الطيارة وعند سماع الإشارة التبدل للوقوف علي قدم واحدة وتقليد الطيارة .</p>		
٧٧.	<p>(في الصباح).</p> <p>عقب بالاستيقاظ من النوم في الصباح ١- الوقوف علي أطراف الأصابع .</p> <p>٢- عمل تموجات بكل جزء من أجزاء الجسم.</p> <p>٣- رفع الذراعين عاليا مع أخذ نفس عميق من الهواء النقي .</p>		

م	محتوى البرنامج	الرأي	
		نعم	لا
	٤- الرجوع إلى الوضع الأصلي وعمل جري في المكان باستمرار . ٥- الرجوع إلي وضع الوقوف علي القدمين بالتساوي وعمل زفير ويكرر		
.٧٨	(نظافة الملابس) أنا تلميذ نظيف مع إخواني لطيف ... ملبسي دوماً جميل وعلي ذوقه دليل ... مع حبي للنظافة في شرابي وطعامي ... واعتني بأدوات هذا أسلوب حياتي .		
.٧٩	(المنافسة) . محاولة شديد الزميل لتعدية خط مرسوم بينهما محاولة شد الحبل بين زميلين وإسقاط الأداة		
.٨٠	(صباح الخير) . إفتح عينيك اغسل يديك علي حضانتك ذي الشاطر نظرة ضفدع كرر تاني - أيوة كمان مرجح أيدك - أعني رفرف ذي الفراشات مشية عسكري قلد عصفور نظ وطار نظرة رشيقة من حقنا نقعد نرتاح إغسل أيدك البس يله هدومك الناشفة	اغسل وشك طلع النهـار سرح شعرك نظ النظرة نظرة ضفدع شوطه قوية نشف وشك	
.٨١	(يا وبور يا مولع) . يقف الاطفال في شكل قطار ويمسك كل طفل الطفل السابق له من وسطه والطفل الأول في القطار يكون هو السائق وتبدأ اللعبة لتحرك للأمام في خطوة مستقيمة او متعرجة مع ترديد الاتي : السائق : يا وبور يا مولع . الأطفال : حط الفحم . السائق : وأنا أقولك ولع . الأطفال: حط الفحم . السائق: يا وبور يا كبير . الأطفال: حط الفحم . وعندما يعطي السائق إشارة للتوقف يبدأ الأطفال في تقليل السرعة ثم التوقف يستخدم كل طفل منديلته للتخلص من العرق والاستعداد الي اللعب مره اخري .		

م	محتوى البرنامج	الراي	
		نعم	لا
٨٢.	- (دحرجة الكرة) الوقوف في صف واحد أمام كل طفل كرة مع مسك كل طفل عصا وعلي بعد يتم رسم خط وعند الإشارة بالبداية يتم دحرجة الكرة بالعصا للوصول إلى الخط والطفل الذي يصل أولاً هو الفائز .		
٨٣.	(دحرجة البيضة). الجري الحر أو الحجل بالقدمين وعند الإشارة التبديل لأداء الدحرجة الأمامية ثم الوقوف وتنفيذ الآتي : - مين يقدر يقلد الكتكوت وهو محبوس جوه البيضة . - مين يقدر يقلد البيضة وهي مقفولة وجواها الكتكوت. - تقليد الفرخة وهي تأكل القمح من فوق الأرض وكل ما تأكل بتكبير. تقدر مجموعة منكم تتخيل أنه بياكل الفرخة ويشكر الله .		
٨٤.	(حركات إيقاعية مع الغناء) يالا على الحمام نغسل أسناني ونبقى تمام نغسلها ثلاث مرات في اليوم بعد ما نصحي وقبل النوم نغسلها بفرشة ومعجون مرة كمان في نهاية اليوم .		
٨٥.	قصة حركية (مهارة أمجد) -الطفل أمجد ومهارته في لعب الكرة -الزملاء -الغرور -الهزيمة للفريق -أداء الاطفال أحداث القصة بالحركة وأشجع الزملاء على اللعب معا		

مرفق (٩)

برنامج الأنشطة الحركية في صورته النهائية

السدرس الأول :

الزمن : التاريخ :
المحور : الأدوات :
الهدف السلوكى : الهدف المعرفى :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
x x x x x x x x x x x x	يقف الفصل ؛ قاطرات والجرى حسب إشارة المدرسة للأمام - للخلف - لليمين - لليساار .	٥ق	الإحماء
	(حركات إيقاعية) . الديب : بالقرعة يتم اختيار طفل يقوم بدور الديب ، تقف مجموعة الأطفال فى شكل دائرة مع مد الذراعين جانبا ليتم تشابك الأيدي حول الديب ويغنون . المجموعة : يلا نغلب فى الجينية قبل ما يجى الديب علينا . الديب : عوعوعو . المجموعة : يا ديب يا ديب بتعمل إيه . الديب : بستحمة . المجموعة : يا ديب يا ديب وكمان إيه . الديب : بنشف جسمى . المجموعة : يا ديب يا ديب وكمان إيه . الديب : بسرح شعرى . المجموعة : يا ديب يا ديب عنشان إيه . الديب : عنشان عنشان . هنا يحاول الديب إمساك احد الأطفال الذين يتركون الدائرة ويجرى الديب ويطاردهم حتى يمسك احد الأطفال ويدخل معه الدائرة وتستمر اللعبة .	١٥ ق	الجزء السرئيسى

تابع / الدرس الأول :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
حر	حركات ايقاعية مع الغناء. (فوطه وشى) فوطه وشى حلوه نظيفة لى وحدى أنشف بيها جسمى ووشى وأعلقها على شماعتى فرحان بيها فوطه وشى .	١٠ ق	الجزء الختامى
	- أن تؤكد المعلمة على ضرورة الإستحمام بصورة منتظمة. - أن تؤكد المعلمة على ضرورة إعتداده الطفل على نفسه فى تنشيف جسمه وتسريح شعره بأدواته الخاصة به .	٥ ق	نصائح وإرشادات

المدرس الثاني :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
	الجرى الزجاجي بين الكور	٥ق	الإحماء
× × × × × ×	في الطريق إلى المدرسة : تبادل ثني الركبتين مع ثني الذراعين وفردهما مائلاً خلفاً لحمل النشطة خلف الظهر والوقوف معتدل القامة والنظر للأمام والمشى الرياضى بخطوات ثابتة مع رفع الرأس وأرجحة الذراعين مع استنشاق الهواء .		
× × × × × ×	الاستعداد للوقوف في طابور الصباح والمشى الرياضى للوقوف في طابور الصباح والمشى الرياضى للوقوف في قاطرات ثم ثني الجذع للوصول للوضع الأصنى ورفع الركبتين عالياً بالتبادل مع رفع الذراعين أماماً ثم عالياً جانباً أسفل ثم الوثب بالدوران باليمين واليسار . ميل الجذع يميناً ويساراً ثم الوقوف لحمل النشطة ثم الوقوف على أطراف الأصابع والدوران دورة كاملة تعبيراً عن الفرحة.	١٥ ق	الجزء الرئيسي

تابع / الـدرس الثانی :

التشكـرات	المحتـوي	الزمن	أجزاء الـدرس
حر	حركات إيقاعية مع الغناء : فى الصبح بدرى : كل يوم الصبح بدرى أغسل وشى وأصلى لربى افطر وأجرى أروح مدرستى أحضر كل دروسى وحصصى وأشلهم على ظهرى وبعد الظهر أرجع دوغرى أكل وألعب وأذاكر مع امى أشرب لبنى وأنام بدرى علشان بكرة ماتأخرشى .	١٠ ق	الجزء الختامى
	- أن تؤكد المعلمة على أهمية حمل الشنطة على الظهر لتوزيع ثقلها على الكتفين مما يحمى جسم الطفل مع تشوهات القوام . - أن توضح للطفل أهمية النوم بدرى والاستيقاظ مبكراً .	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس الثالث :

الزمن :

المحور :

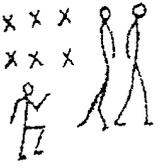
الهدف السلوكى :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
حر	الإحماء المقيد باستخدام العصا	٥٥	الإحماء
	(هيا تجمل الفصل) أشكال من الورق (دوائر ، مثلثات ، أشجار ، زهور ، طيور ، نجوم ، كور) توضع جميع الأشكال فوق منضدة . يجلس جميع الأطفال فى دائرة ويجرى كل طفل بسرعة لياخذ الشكل الذى يريده وعند البدء يتم المناداة على أحد الأشكال مثلاً الزهور والأطفال الذين لديهم نفس الشكل يحجلوا عكس عقارب الساعة فى دائرة والعودة الى المكان الموجود به لوحة وبرية الطفل الذى يحمل الزهرة ويكون هو الفائز فى الحجل هو الذى يلقى الزهرة ويكون هو الفائز فى الحجل هو الذى يلقى الزهرة فى اللوحة وهكذا حتى تنتهى اللوحة الوبرية ويصبح هذا الركن جميلاً	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	(خطوات البالونات) تنفخ البالونات بعدد الأطفال وتربط بخيط طوله ٥,٥ م وتربط بمفصل قدم الطفل وعند بدء اللعب يحاول كل طفل الجرى لتنفجر بالونه زميله وانقاد بالونته حتى يفوز .	١٠ ق	الجزء الختامي

تابع / الدرس الثالث :

التشكلات	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس
	تحت المعلمة الاطفال علي ضرورة المحافظة علي الفصل و تجميله كما توضح المعلمة للاطفال ضرورة التعاون مع باقي الاطفال سواء كان في اللعب او العمل .	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس الرابع :

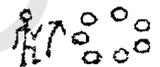
التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
	(لعبة ظهر لظهر):- ينتشر الأطفال فى الملعب كل اثنين ظهر لظهر ويزيد لاعب المساك تنادى المدرسة ظهر لظهر يجرى الأطفال ويغير كل منهم زميله ويحاول المساك ان يحذر زميل والذي يبقى بدون زميل يكون هو المساك .	١٠ ق	الجزء الختامى
	توضح المعلمة للأطفال ضرورة ارتداء الحذاء اثناء دخول الحمام لان ذلك يحميهم من الإصابة بالأمراض	٥ق	نصائح وإرشادات

الدرس الخامس :

الزمن : التاريخ :

المحور : الأدوات :

الهدف السلوكى : الهدف المعرفى :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس
	الجرى حول الادوات الموضوعه على الارض	٥ق	الإحماء
	(عبور النهر) يتم وضع مقعدين من المقاعد السويدية على أن يكون متوازيين يكون بينهما فراغ يمثل المقعدان ضفتى النهر والفراغ النهر ويطلب من الاطفال الوثب فوق النهر دون الوقوع فيه، يمكن وضع اسماك أو أوراق أو أكياس أو قاذورات داخل النهر الملوث، زيادة عرض النهر أو تصغيره.	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	يا سمكه يا سمكة يا سمكة ياسموكة مالك ساكتة ومش مبسوطة مش زى عوايدك ويانا أوعسى تكونى منا زعلانه يا اصحابى مشى زعلانه منكم بس أنا زعلانه من جيرانكم دايما يرموا سموم فى المية وده طبعاً بيؤثر فىا قاذورات وسوائل وحاجات مش قادرة أتنفس بأولاد وأنا خايقة لما تاكلونى تتاؤوا منى وتكروهونى	١٠ ق	الجزء الختامى
	تؤكد المعلمة على ضرورة ان يكتسب الطفل اهمية المحافظة على مياة الترغ و نهر النيل من القاء المخلفات فيها	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس السادس :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
	(وقوف) الجرى فى أى مكان فى الملعب وعند الإشارة الجلوس على أربع أو الوقوف على أطراف الأصابع أو الوقوف على رجل واحدة حسب إشارة المدرسة.	٥ ق	الإحماء
	(فتحي يا وردة) يكون الأطفال دائرة وتتشابك أيديهم ويغنون (فتحي يا وردة) يمدوا أيديهم على مداها الى أعلى مع طرح رؤوسهم الى الخلف و يغنون (أقلى يا وردة) حيث تتقارب الأكتاف وتميل الرأس والجذع الى الداخل مع خفض الأيدي ثم تقليد الوردة والهواء يداعبها (وقوف) ميل الجذع لئجاب الأيمن والعكس.	١٥ ق	الجزء الرئيسى
حر	(زهور الجنيئة) يا زهور الجنيئة غالبا علينا عاوزين نقولك حاجة ونعاهدك عليها إحنا صحيح صغيرين فاهمين عارفين أبدا أبدا مش راح نقطف ورد نرمى فضلات على الأرض ح نذاكى جنيئتنا جميلة وننظف دايمًا حوالينا علشان تبقى بلادنا جميلة علشان تبقى بلادنا جميلة	١٠ ق	الجزء الختامى
	تؤكد المعلمة على أهمية المحافظة على الزهور وعدم قطفها و عدم رمى الفضلات على الأرض.	٥ ق	نصائح وإرشادات

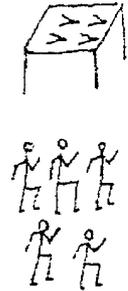
الدرس السابع :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس
	(وقوف) الجرى اماما مع تبادل رفع العقبين خلفا والوصول بكعب القدم خلفا الى مستوى قريب من المقعدة. حركة الذراعين معاكسة لحركة الرجلين الجرى اماما فى خط مستقيم حرية حركة الذراعين اثناء الجرى.	٥ ق	الإحماء
حر	(الحنفية) طفلين يغمى عيني كل منهما بمنديل ويطلب منهما الاقتراب الي الحوض وغسل ايديهم وغلق الحنفية وتنشيف الشعر وتسريحه. (وقوف) المشى اماما مع عمل دوائر بالكثفين اماما وخلفا. الوصول الى الحنفية فتح الحنفية وغسل اليدين والشعر وتسريحه وغلق الحنفية. الرجوع الى مكان البداية بالجرى السريع لاختيار أفضل طفل فى الاداء والسرعة.	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	(الماء) تك تك تك مين بيدق الباب أنا نقطة المياه أحباب أهلا اهلا يامية ده انت حياة البشرية حذروا فذروا عاوزة أقول ايه. قولى لنا يامية أقفل دائما الحنفية أو عى تسببها تنقط ميه وأوعى تلوث نهر النيل انت بكده تؤذى الملايين عاوزين تبقى بلادنا جميلة عاوزين تبقى بلادنا جميلة	١٠ ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة على اهمية غلق الحنفية للمحافظة على نقطة المياه التي نشربها او نسقى بها الزرع و المحافظة على نظافة الشعر وتسريحه.	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس الثامن :

الزمن :
 التاريخ :
 المحور :
 الأدوات :
 الهدف السلوكي :
 الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس
	(وقوف). مسك العصا من منتصفها بيد واحدة) المتشي اماما مع قذف العصا اماما ومسكها باليد الأخرى قبل وصولها إلى الأرض. (وقوف) وضع العصا على راحة اليد من طرفها السفلي عمودية أمام الجسم والمتشي اماما مع توازن العصا.	٥ ق	الإحماء
	(سباق القصافة) يقف اربع أطفال على خط بداية واحد وتوضع ثلاث قصافات على منضدة على بعد ١٠ م وعند إشارة المدرسة . (وقوف) المتشي اماما على المشطين بأقصى سرعة يتم الوصول إلى المنضدة ويأخذ كل طفل قصافة عدا واحد يخرج من المسابقة وتستمر المسابقة ولكن يتم إخراج قصافة ليبقى اثنين على المنضدة ويعود ٣ أطفال إلى خط البداية (وقوف) المتشي اماما على الكعبين. (وقوف) مواجه المنضدة على بعد ١٠ م الجري مع تبادل رفع الركبتين اماما عاليا يتم الوصول إلى المنضدة ويأخذ كل طفل قصافة عدا طفل واحد يخرج من المسابقة ويتم إخراج قصافة من الاثنين تبقى واحده ويعود الطفل إلى خط البداية. (وقوف) الجري اماما مع تبادل رفع العقبين خلفا (وقوف) مواجه المنضدة على بعد ١٠ م اماما مع ثني المرفقين ويتحرك اماما خلفا بالتبادل حتى يصل احدهما ويمسك بالإضافة ويكون هو الفائز	١٥ ق	الجزء الرئيسي
	(الأصافه) أفص ظوافري بالأصافه واحمي نفسي من ميكروب يدخل بطني وأقول ياممتي أف في بطني تخذني وتجري على دكتورى وتوصف حالتى من أول أقرضت ظوافرى باسناني بص فى وش وقال يا حرام هديك حقه كبيرة تام خفت ورحت فى حضن ماما مش راح أقرض تانى ظوافرى	١٠ ق	الجزء الختامى
	تؤكد المعلمة على ضرورة فص الأظافر بالإضافة بصورة منتظمة لتجنب الميكروبات.	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس التاسع :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس
	(وقوف) الجرى فى المكان حركة الذراعين معاكسة لحركة الرجلين بقاء أطراف أصابع القدم ملاصقة للأرض تنى الركبتين أثناء خفيف والجسم مفرد وعلى استقامة واحده و النظر للامام.	٥ ق	الاحماء
	(براد الشاى) يجلس الأطفال على شكل دائرة ليمثلون المائدة ويمثل أحد الأطفال الخضر وأحدهم الفاكهة وأحدهم الجبن وأحدهم الخبز وأحدهم البيض وأحدهم يمثل فنجان الشاى وآخر يمثل براد الشاى ويعنى. أنا أنا أنا (١) براد الشاى إيدى كدا (٢) بوزى كده إميل كدا (٣) أصب الشاى وارجع كدا (وقوف) الجرى فى المكان (١) ثم المشى الجانبى على أطراف الأصابع (وقوف). (انشاء عرضا) المشى أماما مع دوران الكتف الأيمن أماما خلفا على شكل نصف دائرة (٢) (وقوف) المشى أماما مع مرجحة الذراعين مثنية أماما عاليا التبادل (٢) رفع الذراع اليسرى عاليا ثم وضعهما (وقوف). نصفا) الحجل فى الوسط فى المكان مع مرجحة الرجل الحرة خلفا عاليا وميل الجذع أماما تعنى الجذع جهة اليمين ثم الرجوع للوضع الاصلى	١٥ ق	الجزء الرئيسى
حر	(الطعام) ما أطيب الطعام ما أنفع الطعام تقوى به الأجسام تحيا على الأيام..... الطير والإنسان ومثله الحيوان..... من أول الزمان تحيا من الطعام كلنا نريد ان ناكل المزيد لكن من المفيد أن ناكل بانتظام.	١٠ ق	الجزء الختامى
	وتؤكد المعلمة على اهمية تناول غذاء متكامل وتوضح لهم كيفية تناول الطعام كما توضح لهم تأثير فنجان الشاى عند تناوله بعد الأكل مباشرة.	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس العاشر :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
	(وقوف) الجرى فى المكان خطوتان وفى الثالثة الجرى بخطوات واسعة.	٥ ق	الإحماء
	(أنا السلطان) يبدأ النشاط الحركى بعمل بعض التنشيطات ثم اللعبة حيث تتكون اللعبة من مجموعة من الأطفال ويختار منهم طفل ليمثل دور الأم وأخر ليمثل السلطان. تختار الأم لكل طفل نوع من أنواع الطعام خلف ظهر الأم على شكل قطار يثب جميع الأطفال أثناء حديث الأم مع السلطان وعندما يختار السلطان نوع من الطعام ويخرج الطفل الذى سمي بهذا النوع من الطعام يقف باقى الأطفال. السلطان: يدق الباب دق دق الأم: مين على الباب السلطان: أنا السلطان. الأم: طالب إيه. السلطان: وجبة إفطار الأم: الساعة كام السلطان: الساعة ٧ الأم: تأكل إيه السلطان: قطعة جبنه يخرج الطفل المسمى بقطعة جبنه يجرى ويجرى وراءه السلطان وإذا امسك به يدخل النار وإذا دخل فى حضان أمه يدخل الجنة ويستمر السلطان فى طلب باقى أنواع الأكل.	١٥ ق	الجزء الرئيسى

تابع / السدرس العاشر :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
×× ×× ××	(الاكل) يطلب من كل طفلين الاشتراك مع بعضهما ويغشى عيني على كل منهما بمنديل ثم يقدم كل منهما كوب زبادي وملعقة ويطلب من كل منهما أن يقدم الزبادي لزميله بواسطة المنعقة والفائز و الذى ينجح فى إطعام الآخر والانتهاى منه قبل الآخر.	١٠ ق	النشاط الختامى
	تؤكد المعلمة على أهمية تناول وجبة الإفطار بصورة منتظمة بدري مع باقي أفراد الأسرة	٥ق	نصائح وإرشادات

الدرس الحادى عشر :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكى : الهدف المعرفى :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
	(وقوف ، نصفاً . ثبات الوسط) الحجل أماما بالتبادل . (وقوف ، نصفاً . مسك مفصل قدم الرجل الحرة) الحجل أماما ،	٥ ق	الإحماء
حر	الجرى في الملعب عند سماع صفارة المعلمة كل طفل الذى يأخذ (وقوف على قدم واحدة) ونلاحظ الطفل الذى يقف أطول وقت وتشجيع المعلمة الأطفال الذين وقفوا أطول وقت وهذا بسبب الوزن الخفيف و ان الرياضة تحافظ على الوزن .	١٥ ق	الجزء الرئيسى
حر	الأطفال رايعين يبصوا على الشمال والأطفال بتقف والعربات فى الشارع الإشارة الحمراء الإشارة الصفراء أما اللون الأخضر عدوا يا شطار والاطفال جاينين يبصوا على اليمين لازم على الرصيف ماشيه على السريع معناها الوقوف تتأكد وتشوف معناها الأمان عدوا فى سلام	١٠ ق	النشاط الختامى
	تؤكد المعلمة على ضرورة أهمية ممارسة النشاط الرياضى فى المكان المخصص لذلك و بعيدا عن السيارات .	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس الثاني عشر :

الزمن :	التاريخ :
المحور :	الأدوات :
الهدف السلوكى :	الهدف المعرفى :

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	التشكيلات
الإحماء	٥ ق	(وقوف) الجرى اماما مع رفع الذراع عاليا بالتبادل الوثب لأعلى مع ترك القدمين للأرض أثناء رفع الذراع لأعلى- الجسم مفرودا على كامل امتداده الوصول الى أعلى ارتفاع ممكن.	
الجزء الرئيسى	١٥ ق	(كوب العرقسوس) الطفل عادل ووالده أصدقاء عادل اللعب فى الطريق بالكرة أثناء الذهاب للروضة بائع العرقسوس الحائل مرض عادل الطبيب * التأكيد على عدم الاستحمام فى الترععة وعدم تناول الشراب الملوث. والد عادل: (وقوف) المشى بخطوات واسعة مع ميل الجذع امام. مع مراعاة أن تكون حركة الذراعين معاكسة لحركة الرجلين والنظر للإمام استيقاظ عادل وتغيير ملابسه. (جلوس طويل) ثنى الجذع للإمام وقوف الجرى اماما مع ثنى المرفقين وتحريكها أما خلفا بالتبادل. أصدقاء عادل ينادون عليه للذهاب للروضة: (وقوف) الجرى فى المكان (وقوف) الجرى اماما مع تزايد سرعة الجرى (وقوف) حمل الكرة بيد واحدة الجرى اماما فى خط مستقيم. يلعب الأطفال بالكرة فى الطريق ويؤذوا المارة بالكرة أثناء لعبهم. بائع العرقسوس: (وقوف نصفا) الحبل فى المكان مرجحه الرجل الحره اماما عاليا عاليا ثنى الذراعين من المرفقين. يجرى الأطفال وراء بائع العرقسوس ويشترى عادل كوب عرقسوس وشرب هو وزميله أحمد الكوب وبعد ذلك ذهبوا للروضة. مرض أحمد وعادل من شرب كوب العرقسوس لأنهم شربوا من الباعة الجائلين وشربوا من كوب واحد. الذهاب للطبيب (وقوف) الجرى بخطوات سريعة	حر

تابع / السدرس الثانى عشر :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
حر	كوبى: كوبى كوبى يا أبو دايره طوبى يا غالى على أدخل إيدى جوه أيدك وأحط شفايفى على فوهتك واشرب منك. نفسى أعهدك محدش يشرب منك علشان أحمى نفسى من مكروب يدخل جسمى وأضيع نفسى	١٠ ق	النشاط الختامى
	تؤكد المعلمة على ضرورة ان يكون لكل طفل كوب خاص به يشرب منه و لا يعطيه لاحد يشرب منه . كما توضح لهم أضرار شراء المشروبات من الباعة الجانلين .	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس الثالث عشر :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
	(وقوف) مواجه الكرات الجرى المتعرج اماما بين الكرات والعودة من خلف الإشارة خط البداية.	٥ ق	الإحماء
	(سباق اللمس) يقسم الاطفال الى فريقين ويقفان في صفين مواجهين لبعضهما يؤدي كل طفل: (وقوف) الجرى في المكان (وقوف) الجرى للأمام بخطوات سريعة حتى يلمس الأطفال فرشاة الأسنان الموجودة فوق المنضدة فيسرع الأطفال للمس الفرشاة ثم يعود إلى أماكنهم ويعاد مرة أخرى ولكن بالحجل (وقوف نصفاً . ثبات الوسط) الحجل اماما بالتبادل حتى يتمكن أحد الفريقين من لمس الفرشاة ويحدد الفريق الفائز.	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	فرشه أسنان: أنا عندي فرشه اسنان لونها جميل وطريه كمان ومعجون أسنان جميل طرى كده منعش ومفيد اغسل بيهم كل يوم لما اصلى وأقوم من النوم وكمان أغسل بهم بسرعة لما أكل حنويات وقبل مروح لسريرى وانام.	١٠ ق	النشاط الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة غسل الأسنان بالفرشاة و المعجون الخاصين بالطفل	٥ ق	نصائح وارشادات

الدرس الرابع عشر :

الزمن :	التاريخ :
المحور :	الأدوات :
الهدف السلوكي :	الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس
١ ٢	(وقوف) مواجه الكرات الجري المتعرج أماما بين الكرات والعودة من خلف الإشارة خط البداية.	٥ ق	الإحماء
حر	(شقاوة سمسم) ٣ أصدقاء (الفيل كنتر - القرد سمسم - العصفور نانا) تناول الطعام بكثرة - عاصفة من الهواء (إقفاء) انثناء مع مد اليدين في مستوى الساعدين ثنى الجذع أماما لوضع اليدين بجانب الطعام مع دفع القدمين عاليا وثنى الركبتين على الصدر حتى يستند ثقل الجسم على اليدين لفترة قصيرة ثم يلى ذلك من هذا الوضع (إقفاء) رفع اليدين لوضعهما أمام الفم لتناول الطعام التمايل والاهتزاز لتقليد حركة الشجرة الهوائية يتكلم القرد مع العصفور والفيل يأكل القرد كمية كبيرة مرة واحدة ويرد على العصفور القرد أكل كمية كبيرة ومرض وذهب للفيل عنتر لياخذة للطبيب الثني النصفى عمل (رجلي الفيل) - ثنى الجذع للأمام قليلا (جدع الفيل) - رفع الذراعين أماما ولصق الكفين (خرطوم الفيل) يمشى الفيل ببطء وهو يحرك خرطومه يمين ويسار الى أن وصل الى الطبيب وكشف على القرد وطلب منه أن يأكل بكميات صغيرة وكذلك نصح الفيل العصفور: لا حظ خروج الطعام من فم القرد وهو يتكلم فاستاء لهذه الطريقة قرد: (إقفاء) المشى أماما على أطراف أصابع القدمين مع مرجحه الذراعين أماما خلفا بالتبادل عصفور: (وقوف) رفع الذراعين جانبا ثم تحريكهما اعلى اسفل خفيف تقليد الشخصيات بهذه الأوضاع مع توضيح أهمية تناول جزء بسيط من الطعام مع مضغه جيدا.	١٥ ق	الجزء الرئيسي

تابع / السدرس الرابع عشر :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس
حر	ايدى فى ايدك نعمل دايره: ايدى فى ايدك نعمل دايره.... دايره كبيرة كبيرة وهائلة دايرة تلف تلف تدور.... وكل واحد ياخذ دور ومع الصفارة نطلع بره ونرجع تانى نعمل دايره/ دايرة كبيرة كبيرة وهائلة.	١٠ ق	النشاط الختامى
	تؤكد المعلمة على ضرورة مضغ الطعام جيذا و الغم مقفول و عدم التكلم و الغم مليئ بالطعام		نصائح و ارشادات

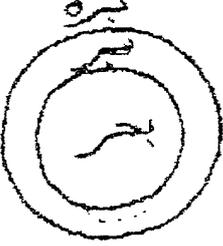
الدرس الخامس عشر :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	التشكيلات
الإحماء	٥ ق	(وقوف. نصفًا) مسك الحبل الحبل في المكان مع دوران الحبل أماما	١٥ ١٥ ١٥
الجزء الرئيسي	١٥ ق	(الشمسية في اللعب) يقسم الاطفال فريقين و يتم تحديد الفريق الحامل للشمسية و يجلسون في قاطرة و أمامهم رئيسهم و يقف الفريق الآخر بعيد عنه بمسافة ١٠ م و ياخذ رئيس الفريق الجالس شمسية و يمر علي أفراد فريقه يخفيها مع كل فرد كي يضل الفريق المضاد و يتقدم رئيس الفريق الآخر محاولا معرفة مكان الشمسية فإذا نجح في معرفة مكانها يأخذ نقطة و يتبادل الفريقين أماكنهم و تحسب النتيجة في نهاية النشاط بعدد النقاط التي يحرزها الفريق .	X X X X X X X X
النشاط الختامي	١٠ ق	دورى دورى دورى دورى يادنيا بينا فيك بنشوف أصحابنا وأهالينا... تحية كبيرة لأطفال الدنيا تحية كبيرة لأجدادنا الغالية.... دورى دورى يا دنيا بينا فى سماكى نجوم بتنور بيالينا.... وفى نهارك شمس بتشع علينا ساعات تستخدم شمسية..... من الشمس تحميننا دورى دورى يا دنيا بينا	حر
نصائح وإرشادات	٥ ق	تؤكد المعلمة علي ضرورة استخدام الشمسية للحماية من أشعة الشمس	

الدرس السادس عشر :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
حر	الجرى فى أى مكان فى الملعب وعند الإشارة الجلوس على أربع أو الوقوف على أطراف الأصابع حسب إشارة المدرسة.	٥ ق	الإحماء
	بر وبحر ترسم دائرتين على الأرض أحدهما داخل الأخرى تمثل الدائرة الداخلية (بحر) والخارجية (البر) الشاطئي خارج الدائرة الكبيرة هو خارج البحيرة (برة) - عند الإشارة بالبدء يقول أحد الأطفال (بر) يقفز الأطفال داخل الدائرة الكبيرة وعند ما يقول (بحر) يضع كل طفل يديه داخل الدائرة الصغيرة وعندما يقول (برة) ينتقل الأطفال بسرعة خارج الدائرة الكبيرة تستمر اللعبة مع السرعة فى النداء بكلمة بين (بر ، بحر) وإذا أخطأ أحد الأطفال يخرج من اللعبة .	١٥ ق	الجزء الرئيسى
حر	الوقوف قاطرات مع فتح الرجلين الطفل الاول فى كل قاطرة معه كرد مع إشارة المدرسة تمر الكرة من طفل لآخر حتى آخر طفل ثم بعد ذلك تكرر كمسابقة بين القاطرات.	١٠ ق	النشاط الختامى
	تشجع المعلمة الاطفال على أهمية الثبات الذات و الاشتراك فى المسابقات الرياضية	٥ق	نصائح وإرشادات

الدرس السابع عشر :

الزمن : التاريخ :
المحور : الأدوات :
الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
حر	الجرى الجانبى على حدود الملعب والوجه للداخل وعند سماع الإشارة يلف الأطفال نصف لفة لتغيير اتجاه الوجه للخارج مع استمرار الجرى..	٥ ق	الاحماء
حر	(الأطعمة):- يسمى كل طفل نفسه على اسم شيء معين من الأطعمة التى تطهى داخل المنزل وأطعمة أخرى جاهزة خارج المنزل. الأطعمة المطهية داخل المنزل تعمل دايره (وقوف) الجرى الجانبى على أطراف الأصابع (وقوف) الجرى الجانبى : عدادات والوثب فى المكان : عدادات . الأطعمة الغير مطهية فى المنزل تقفز على قدم واحده خارج الدائرة الأطعمة المطهية فى المنزل تجلس قرقضاء فى الدائرة الأطعمة الغير مطهية فى المنزل تنام على الأرض	١٥ ق	الجزء الرئيسى
حر	الأرانب: كان فيه أرنب طالع يلعب لقى بسكوته وكمان بسكوته شلها وكالها لما أكلها قال أه يابطنى هتموتنى.	١٠ ق	النشاط الختامى
	تؤكد المعلمة على ضرورة تناول الطعام المطهى داخل المنزل و عدم تناول الطعام الذى يباع بالخارج	٥ق	نصائح وإرشادات

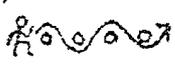
الدرس الثامن عشر :

الزمن :	التاريخ :
المحور :	الادوات :
الهدف السلوكى :	الهدف المعرفى :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	اجزاء الدرس
	(الوقوف) المشى العادى للامام وللخلف والمشى مع رفع العقبين للامام وللخلف . (الوقوف) مرجحة الذراعين اماما و خلفا	٥ق	الإحماء
حر	تتابع السبورة يجلس الأطفال علي مقاعد في صفوف و يتحرك الاطفال وفقا لإشارة المعلمة أما بالجري أو الحجل أو بالوثب حتى يصل إلى السبورة و يرسم عليها جزء من شكل طفل يقف علي قدم واحدة ثم يعود و يلمس زميله التالي الذي يقوم الى السبورة و يستكمل ما أشار به المعلم ثم يطلب منهم رسم طفل يقف علي القدمين بالتساوي و القاطرة التي تنتهي أولا هي الفائزة	٥ ا ق	الجزء الرئيسي
	لعبة الذنب في القفص يكون الأطفال دائرة مع تشابك الايدي فيختارون أحد الاطفال ليقف في اندائرة ممثلا الذنب و يتحرك الأطفال بخطوات قصيرة إلى أي اتجاه يسارا ويمينا عند الإشارة يحاول الذنب الخروج من الدائرة أما من تحت يدي زميلة أو أي طريقة أخرى وعندما ينجح الذنب في الخروج من الدائرة يطارده الأطفال و من يلمسه أولا يصبح ذنبا .	٥ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي أهمية الوقوف علي القدمين وتوزيع ثقل الجسم عليها بالتساوي لحمايتهم من الوقوف في طائفة التشوهات	٥ق	نصائح وإرشادات

الدرس التاسع عشر :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	أجزاء الدرس
	(الوقوف) مواجه الكرات الجري المتعرج أماما بين الكرات و العودة من خلف الإشارة خط البداية	٥ق	الإحماء
	نقل البيضة يرسم خطان للبداية و آخر للنهاية يقف الأطفال في قاطرات خلف خط البداية مع أعطاء كل طفل رقم ويوضع أمام كل قاطرة طبق صغير به بيضه مسلوقة - يذكر أي رقم و ليكن ؛ مثلا فيجري الطفل رقم ؛ من كل قاطرة ليحمل الطبق بيده ليصل إلى خط النهاية ثم يعود دون أن تقع البيضة فإذا وقعت البيضة علي الأرض يعيدها في الطبق و يعود ليبدأ من أول السباق و الطفل الذي يصل أولا يعلن فوزه وتكرر باقي الأرقام	٥اق	الجزء الرئيسي
	المشي علي أطراف الأصابع مع سماع الموسيقى و عند توقف الموسيقى الوقوف و عمل تمارينات تهدئة	٥ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة الاشتراك في الالعاب الجماعية	٥ق	نصائح وإرشادات

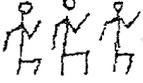
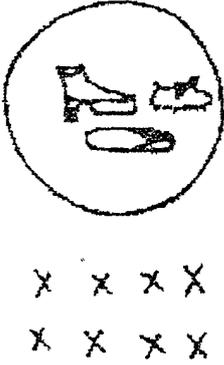
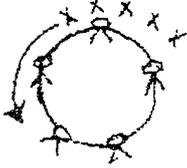
الدرس العشرون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	أجزاء الدرس
	(وقوف) الجري في المكان خطوتان و في الخطوة الثالثة الجري بخطوات واسعة	٥ق	الإحماء
حر	تشرح المعلمة للأطفال كيفية استخدام أدوات النظافة وفائدتها في المحافظة علي صحة الأطفال (مثل المشط - الصابون - معجون أسنان - مناديل ورقية) ثم تطلب منهم بعد تقسيمهم إلى مجموعتين الجري من نقطة بعيدة لنقطة النهاية و القيام بالحجل إلى أن يتم الوصول لنقطة النهاية حيث توجد أدوات النظافة	٥ ا ق	الجزء الرئيسي
حر	(يا صحابي و يا صحباتي) يا صحابي و صحباتي هنا ومحلك سر بصوا و شوفوا حجاتي انما ايه في السر عندي فرشاة أروبة لها شعر صغنون ومعاها أنبوبة بتطلع معجون أخذ من دي علي دي وألمع أسناني و اسلك علي الهادي الصف التحتاني من تحتيه لفتييه و الصف الفوقاني من فوقه لتحتيه و تلاي ابتسامتي واضحك كركركر كر وبكده لا تتلوث أسناني ولا تسوس عندي صابونة شقية مكاردة ولعبية لما بغسل وشي بتشعوط لي عنيه لما بغسل ايدي بتنظف لي ايدي يا صحابي و صحباتي بصو وشوفوا حجاتي.	٥ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة استخدام وضع المنديل علي الفم و الانف عند العطس كما توضح فائدة استخدام ادوات النظافة في المحافظة علي صحة الطفل	٥ق	نصائح وإرشادات

الدرس الحادي والعشرون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	أجزاء الدرس
	(الوقوف) المشي حول الملعب بالتصفيق وعند توقف التصفيق الجلوس اقعاء داخل دائرة مرسومة على الارض داخل الملعب	٥ق	الإحماء
	الأحذية : ترسم دائرة على الأرض و توضع فيها مجموعة من الأحذية المختلفة (كوتشي - حذاء بكعب عالي - شبشب) يقف الأطفال صف واحد مواجه للدائرة و علي بعد ٥متر - يحجل الأطفال الأربعة إلى الدائرة و الطفل الأسرع يختار الكوتشي و يعتبر هو الفائز و يكرر باقي المجموعات . - يتم تصفية الفائزين في كل المجموعات	٥اق	الجزء الرئيسي
	لعبة الكراسي الموسيقية يوضع خمس كراسي في دائرة و يجري ست أطفال حول الكراسي أثناء التصفيق و عند إنهاء التصفيق يجلس الأطفال علي الكراسي ما عدا طفل يخرج من اللعبة و يتم أخراج كرسي خارج اللعبة و يكرر هذا إلى أن يبقى واحد فائز	٥ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة ارتداء الحذاء الرياضي (الكوتشي) المناسب لممارسة الأنشطة الرياضية	٥ق	نصائح وإرشادات

الدرس الثاني والعشرون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	اجزاء الدرس
	(وقوف مسك العصا من منتصفها بيد واحدة) المشي اماما مع قذف العصا اماما ومسكها باليد الأخرى قبل وصولها إلى الأرض (وقوف) وضع العصا علي راحة اليد من طرفها السفلي عمودية أمام الجسم و المشي اماما مع توازن العصا	٥ق	الإحماء
حر	تمثيل في المرآة يقسم الأطفال فريقين كل طفل من الفريقين بالوقوف في مواجهة زميلة أمام التلفزيون و عند إعطاء إشارة البدء يتباري كليهما في أن يقوموا بعمل تمثال رأود في التلفزيون و الطفل الذي يقوم بعمل التمثال أولا يحصل فريقه علي نقطة و يكرر مع باقي الأطفال في الفريقين و الفريق الفائز هو الذي حصل علي نقاط أكثر	٥اق	الجزء الرئيسي
حر	القطة الشاطرة يقف الاطفال حول طفل معصوب العينين تم اختياره بالقرعة و يلمسونه و هو يحاول أن يمسك بمن يلمسه و الأطفال تهرب و عندما ينجح الطفل في الإمساك بأي من الأطفال يفوز و يتبادلان الادوار	٥ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعنمة علي عدم الجلوس أمام التلفزيون لفترات طويلة لان ذلك يؤدي الي حدوث تشوهات قواميه مختلفة	٥ق	نصائح وإرشادات

الدرس الثالث والعشرون :

الزمن :	التاريخ :
المحور :	الأدوات :
الهدف السلوكي :	الهدف المعرفي :

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التشكيلات
الإحماء	٥ق	(وقوف علي اربع فتحا) المشي اماما (وقوف . فتحا مسك أصابع القدمين) المشي اماما	
الجزء الرئيسي	٥اق	(سباق المكتب) يقسم الاطفال إلى عدة مجموعات كل مجموعة مكونة من ثلاث أطفال يقف أطفال المجموعة الأولى علي خط البداية علي بعد ٥م من الأدوات تجري المجموعة الأولى في المكان و عند إشارة البدء يحاول كل الطفل الوصول إلى المكتب أولاً وكتابة واجبة عليه و لكن يصل طفل واحد إلى المكتب أولاً و الثاني يأخذ الكنية و يكتب واجبه عليها الثالث يكتب واجبه علي الأرض و يعتبر الطفل الأول هو الفائز ويستمر هذا مع باقي المجموعات و في النهاية يتم تصفية الأطفال الفائزين إلى أن يتم تحديد فائز واحد	حر
الجزء الختامي	٥ق	كلو بامية يقف الأطفال في دائرة و يمد كل منهم ذراعه اليمنى داخل الدائرة مع تحريك اتجاه الكف لأسفل و توضع الايدي فوق بعضها البعض و يعني الأطفال مع هز الأيدي لأعلى ولأسفل كلو بامية و لقطه سامية كلت البامية عسكر فوق وعسكر تحت الله عليك يبتاع الكحك	حر
نصائح وإرشادات	٥ق	تؤكد المعلمة علي ضرورة كتابة واجب الروضة علي المكتب لحماية الطفل من تشوهات القوام	

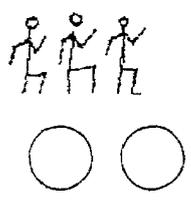
الدرس الرابع والعشرون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	أجزاء الدرس
حر	الجري لفة حول الملعب الجري عكس إشارة المعلمة	٥ق	الإحماء
حر	(كرة الحائط) يبدأ اللعب بتمرير الكرة علي الحائط بطريقة معينة بحيث ترتد إلى الطفل مرة اخري يحاول اللاعب الآخر لقف الكرة قبل أن ينتقطها اللاعب الأول و علي اللاعب الاخر ان يمررها علي الحائط بسرعة و لكن احيانا تخرج الكرة من يد اللاعب الاول و لا يستطيع اللاعب الآخر لقفها و تخرج في الشارع أمام السيارات و اللاعب الذي يمسكها أولا يأخذها و يمررها علي الحائط و تحسب نقطة للاعب الذي مرر الكرة و لقفها و اللاعب الفائز هو الذي حصل علي نقاط أكثر	٥اق	الجزء الرئيسي
حر	الطفل المستحم اغتسل يا حبيبي ... اغتسل أيها الطفل الصغير أن المياه تبتسم عند رؤيتها لطفل ... المياه تلعب وتغني وتفتخر بك الام... أيد صغيرة نظيفة لا تعرف القذارة ... عيون لامعة مباركة و بعد الحمام يكون الطفل المستحم وند جميلا	٥ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة اللعب في المكان المناسب بعيدا عن أي مصدر للخطر كما توضح لهم أهمية الاستحمام بعد اللعب	٥ق	نصائح وإرشادات

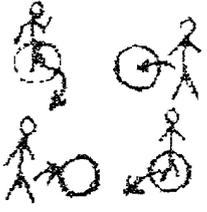
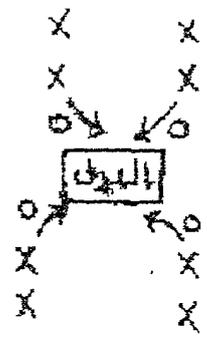
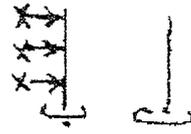
الدرس الخامس والعشرون :

الزمن :	التاريخ :
المحور :	الأدوات :
الهدف السلوكي :	الهدف المعرفي :

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	التشكيلات
الإحماء	٥ق	- الجري ومع الإشارة التبادل للحجل .ثم نقل أكياس الحبوب من مكان إلي آخر.	حر
الجزء الرئيسي	٥اق	- (الأزهار والفراشات) . يقسم الأطفال إلي فريقين الأزهار والفراشات تجلس الأزهار علي الأرض وتتفرق الفراشات في الفناء مع الإشارة تجري الفراشات حول الأزهار ومع الإشارة الآخري تتوقف الفراشات في مكانها وعلي الأزهار أن تحاول لمس الفراشات بعمل بعض الحركات غير الانتقالية (امتداد- ثني-تمايل) كل فراشة تلمس تصبح زهرة إلي أن تبقى الفراشة الأخيرة فتكون الفائزة ويمكن استخدام إيقاع بسيط مصاحب	حر
الجزء الختامي	١٠اق	الأطواق نشر الأطواق علي الأرض وعند سماع الإشارة الثانية يحاول كل طفل أن يقف بداخل الطوق الطفل الذي يبقي دون طوق يخرج من الملعب ومعه طوق وهكذا حتى تنتهي اللعبة علي طفل واحد مع تقسيم الأطفال إلي مجموعات متساوية لعمل مسابقة .	
نصائح وإرشادات	٥ق	ان تؤكد المعلمة ضرورة المحافظة علي الأزهار وتوضيح أهمية الاستمتاع بها وعدم قطفها .	

الدرس السادس والعشرون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	أجزاء الدرس
	<p>- الجري السريع عند سماع الإشارة للوصول إلى الاطواق المنتشرة على الأرض والوثب داخلها ثم الدببة بالقدمين والخروج من الطوق عند سماع الصفارة تغيير الاتجاه والجري مع مراعاة المسافة المناسبة</p>	٥ ق	الإحماء
	<p>مسابقة رياضية . ١- يقسم الأطفال إلى أربع مجموعات ، تقف كل مجموعة أمام هدف مرسوم على الأرض مكونه قاطرة أن تكون كل مجموعة لها قائدة ممسكه بالكرة عند الإشارة بالبداية تقوم القائدة برمي الكرة على الهدف ويحتسب نقطه إذا أصابت الهدف ويجمع نقاط كل مجموعة على حدي لتحديد المجموعة الفائزة .</p>	٥ اق	الجزء الرئيسي
	<p>لعبة سباق البالونات : من وضع الوقوف على خط البداية بدأ السباق بدفع البالونات بالقدم حتى خط النهاية .</p>	١٠ اق	الجزء الختامي
	<p>تؤكد المعلمة على ضرورة المشاركة في المسابقات الرياضية .</p>	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس السابع والعشرون :

الزمن :	التاريخ :
المحور :	الأدوات :
الهدف السلوكي :	الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
$\frac{4}{20} \rightarrow$	رمي ودحرجة الكرة لأبعد مسافة ثم الجري خلفها لاستلامها ويكرر	٥ ق	الإحماء
حر	<p>قصة حركية (الفلاح الشجاع) كان فيه فلاح اسمه عم أحمد كان مجتهدا في عمله وعنده حيوانات كثيرة - تمكن بمعونة أصدقائه من القبض علي لص خطير يسرق المواشي هيا نسمع القصة من أولها (تمرين رقبة) عم أحمد يستيقظ مبكراً (المنبه يرن) (الوقوف) تنهي الرأس علي الجانبين بالتبادل</p> <ul style="list-style-type: none">- عم أحمد يغسل وجهه وذراعية وقدميه (أذرع - أرجل)- أطلب من تلاميذ تقليد عم أحمد بالحركة- يلبس ملابس - الجلاب - الحذاء - غطاء الرأس (أذرع - أرجل)- اسأل التلاميذ من يستطيع تقليد حركة عم أحمد وهو يرتدي ملابسه ؟- يمشي بنشاط إلي حلقة (مشي) أطلب من تلاميذك السير مثله.- أثناء سيرة إلي الحقل تقابله ترعة صغيرة فيشب إلي الجاني الآخر اطلب من تلاميذك الوثب .- عدم رمي مخلفات الحقل في التربة.	١٥ ق	الجزء الرئيسي

تابع / السدرس السابع والعشرون

التشكيلات	المحتوي	الزمن	أجزاء الدرس
حر	لعبة صياد السمك يقسم التلاميذ إلى مجموعات كل مجموعه تكون دائرة مع كل دائرة كرة يقف التلميذ في وسط الدائرة يقوم التلميذ بتصويب الكرة علي رجل التلميذ الذي في وسط الدائرة عند ما تلمس الكرة يستبدل بأخر.	١٠ ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة المحافظة علي نظافة مصادر المياه وتوضيح أهمية ارتداء الملابس المناسبة وغسل الوجه والكفين .	٥ق	نصائح وارشادات

الدرس الثامن والعشرون :

الزمن :	التاريخ :
المحور :	الأدوات :
الهدف السلوكي :	الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	اجزاء الدرس
حر	الجرى تغيير المكان يقسم الأطفال إلى مجموعتين متساويتين بينهما مسافة (٥ أمتار) وتقف كل مجموعة في صف مقابل للصف الآخر وعند سماع الصفارة يجري التلاميذ لتغيير المكان وتؤدي اللعبة عدة مرات وأفضل مجموعة التي تصل نمكانها دون صوت وفي نظام.	٥ ق	الإحماء
	لعبه التماثيل : يقف الأطفال في مربع ناقص ضلع وتقف المعلمة في مكان يسمح برؤية كل الأطفال في الضلع الناقص وتطلب منهم تقليد حركتها. تقوم المعلمة بتقليد تناول الطعام وشرب كوب الشاي بعد تناول الطعام . أول طفل :- سيقود الحركة يكون هو الفائز ويقوم بدور المعلمة في إعطاء حركة لباقي الأطفال مثل (تناول الطعام في المنزل - لا أكلم وفمه ملئ بالطعام - أتناول وجبة الإفطار محتوية علي كافة العناصر الغذائية) وهكذا يستمر اللعب في تقليد الحركات الوقوف والجلوس علي الإشارة حدد الفائز الاول .	١٥ ق	الجزء الرئيسي

تابع / السدرس الثامن والعشرون

التشكيلات	المحتوي	الزمن	اجزاء السدرس
حر	احنا الخضار: احنا الخضار مين زينا مين فيينا معادن فيينا فيتامين خس وطماطم اوجزر تحمى الاسنان تحمى النظر الله عليها بزيت وليمون دوق سلطتنا اكون ممنون احنا الخضار مين زينا مين؟	١٠ ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمه علي ضرورة تناول الطعام في المنزل وتوضح لهم اثار تناول الشاي في بعد تناول الطعام .		نصائح وارشادات

الدرس التاسع والعشرون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	اجزاء الدرس
	- المشي علي القدمين مع تغير السرعة من بطيء إلى سريع حسب إشارة المرور (أصفر أستعد-أخضر يمشي-والأحمر خطر قف) أستعمل كشف المشي علي العبقين أماما ثم الوقوف والدوران للخلف .	٥ ق	الإحماء
حر	- رحلة إلى الحديقة : اجعل الأطفال يتخيلون أنهم ذاهبون في رحلة إلى الحديقة وسيمشون في الطريق وأثناء الأداء عرفهم :- -كيفية تعدية الشارع ومساعدة الضعيف في أثناء التعدية . - استخدام الشمسية أثناء المشي للحماية من أشعة الشمس . - عند دخول الحديقة يجب المحافظة علي الورد والنباتات . -عدم إلقاء المخلفات علي الأرض . - تشجع المعلمة الأطفال علي ضرورة زراعة نباتات خاص بهم في المنزل وتحثه علي رعايته .	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	- المشي العادي ثم السريع علي أطراف الأصابع - ثم الذهاب إلي الفصل بنظام .	١٠ ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة المحافظة علي الورد والنباتات وعدم إلقاء المخلفات علي الأرض وتحثهم علي ضرورة الاهتمام بالنباتات لأنها تعطينا الأكسجين الذي نتنفسه وتأخذ ثاني أكسيد الكربون وهكذا تستمر الحياة .	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس الثلاثون :

الزمن : التاريخ :
المحور : الأدوات :
الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوي	التشكيلات
الإحماء	٥ ق	سباق نط الحبل البطني ذهابا والسريع في العودة.	
الجزء الرئيسي	١٥ ق	تتابع جمع الكور: يقسم الاطفال الى مجموعات وعند البدء يجرى اللاعب الأول من كل قاطرة ويجمع الكور الموضوعة في الدائرة في السلة ويعود ثانية ليعطى السلة فيجرى بها ويضع الكور التي بها في الدائرة ويعود لاعطائها وهكذا بالتبادل والفريق الفائز هو الذي ينتهي أولا من السباق .	حر
الجزء الختامي	١٠ ق	الحجل بالتبادل: إحنا الأطفال الحلوين ... نحجل وإحنا فرحانين نحجل علي الرجل اليمين والرجل اليسرى ... وتلف من هنا بالحجل كمان ونصقف كده ثلاث صفقات ... ساعة الليل تنام الازهار وساعة النهار تفتح بجمال... نستمتع بيها.	حر
نصائح وارشادات	٥ ق	تؤكد المعلمه علي ضرورة المشاركة في الألعاب الجماعية.	

الدرس الحادي والثلاثون :

الزمن : التاريخ :
المحور : الأدوات :
الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	أجزاء الدرس
	إحماء مقيد باستخدام الكرة	٥ ق	الإحماء
حر	(كن رشيقا وسريعا) - التحرك حول الملعب في اتجاهات مختلفة . - الإسراع في الحركة مع تغيير الاتجاهات . - الوثب عاليا في الهواء أو الوثب والهبوط علي قدم واحدة.	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	هيا نلقف :- توقيت منخفض مع استخدام الإيقاع الموسيقي يطلب من الاطفال تنطيط الكرة علي الإيقاع والتقدم بها للأمام حتى يتم توصيلها إلي الزميل المقابل من نفس القاطرة ويكرر.	١٠ ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمه علي ضرورة المشاركة في اللعب واختيار المكان المناسب والحذاء المناسب.	٥٥	نصائح وإرشادات

الدرس الثانى والثلاثون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكى : الهدف المعرفى :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
	(وقوف) مواجه عدة مقاعد المسافة بين المقاعد ٢٠ سم الجري أماما والهبوط مع أخذ خطوة إضافية بين المقاعد	٥ ق	الإحماء
حر	(العاب الأصابع). عندي عشر أصابع ملك لي أنا أقفلهم بقوة وأفتحهم بعيداً مع فتح وضم الرجنيين والوقوف ثبات علي القدمين . أنا أجعلهم يقفزون إلي أسفل ثبات القدمين . أنا أثنىهم بسرعة هكذا مع ثني وفرد الركبتين .	٥ اق	الجزء الرئيسي
حر	(الطيارة). الجري الحر مع رفع الذراعين جانبا وعمل صوت الطيارة وعند سماع الاشارة التبديل للوقوف علي قدم واحده وتقليد الطيارة .	١٠ اق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة الوقوف علي القدمين بالتساوي للحماية من الاصابة بتشوهات قوامه .	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس الثالث والثلاثون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
حر	احماء مقيد باستخدام العصا. (في الصباح).	٥ ق	الإحماء
حر	عقب بالاستيقاظ من النوم في الصباح ١- الوقوف علي أطراف الأصابع . ٢- عمل تموجات بكل جزء من أجزاء الجسم. ٣- رفع الذراعين عاليا مع أخذ نفس عميق من الهواء النقي . ٤- الرجوع إلي الوضع الأصلي وعمل جري في المكان باستمرار . ٥- الرجوع إلي وضع الوقوف علي القدمين بالتساوي وعمل زفير ويكرر.	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	(نظافة الملابس). أنا تلميذ نظيف مع إخواني لطيف ... ملبسي دوماً جميل وعلي ذوقه دليل ... مع حبي للنظافة في شرابي وطعامي ... وأعتني بأدوات هذا أسلوب حياتي .	١٠ ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة المحافظة علي الأدوات الخاصة بالطفل وعدم إعطائها لطفل آخر ليأكل ويشرب بها وتحثهم علي الاستيقاظ مبكراً.	٥ ق	نصائح وإرشادات

الدرس الرابع والثلاثون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	اجزاء الدرس
حر	احماء مقيد باستخدام الكراسي	٥ ق	الاحماء
حر	(المنافسة). محاولة شديد الزميل لتعدية خط مرسوم بينهما محاولة شد الحبل بين زميلين واسقاط الأداة .	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	(صباح الخير). إغسل إفتح عينيك وشك طلوع النهار إغسل ايدك شعرك علي حضانتك ذي الشاطر لف في دايرة النطة كرر تاني - ابوة كمان مرجح ايدك - أعلي رفرف ذي الفراشات مشية عسكري ضفدع قند عصفور نط وطار نطة رشيقة قوية من حقنا نقعد نرتاح إغسل ايدك وشك البس يله هدومك الناشفة	١٠ ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعظمه علي ضرورة الاهتمام بغسل الوش واليدين عند الاستيقاظ من النوم وكذلك تسريح الشعر وتغيير الهدوم بعد اللعب باخرى ناشفة . كما توضح لهم ضرورة الاستحمام بعد اللعب .		نصائح وإرشادات

السدرس الخامس والثلاثون :

الزمن : التاريخ :
 المحور : الأدوات :
 الهدف السلوكي : الهدف المعرفي :

التشكيلات	المحتوي	الزمن	أجزاء الدرس
	(وقوف) المشي اماما مع التصفيق أمام وخلف الجسم . (وقوف عالي على الأمشاط . لمس الرقبة) المشي اماما مع الذراعان عاليا كل خطوتين .	٥ ق	الإحماء
حر	(يا وبور يا مولع). يقف الأطفال في شكل قطار ويمسك كل طفل الطفل السابق له من وسطه والطفل الأول في القطار يكون هو السائق وتبدأ اللعبة للتحرك للأمام في خطوة مستقيمة أو متعرجة مع ترديد الآتي : السائق : - يا وبور يا مولع . الأطفال :- حط الفحم . السائق :- وأنا أقولك ولع . الأطفال :- حط الفحم . السائق :- يا وبور يا كبير . الأطفال :- حط الفحم . وعندما يعطي السائق إشارة للتوقف يبدأ الأطفال في تقليل السرعة ثم التوقف يستخدم كل طفل منديله للتخلص من العرق والاستعداد إلى اللعب مره أخرى.	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	- (دحرجة الكرة) الوقوف في صف واحد أمام كل طفل كرة مع مسك كل طفل عصا وعلي بعد يتم رسم خط وعند الإشارة بالبداية يتم دحرجة الكرة بالعصا للوصول إلى الخط والطفل الذي يصل أولا هو الفائز .	١٠ ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة استخدام كل طفل لأدواته الخاصة مثل المناديل .	٥ق	نصائح وإرشادات

السدرس السادس والثلاثون :

الزمن :	التاريخ :
المحور :	الأدوات :
الهدف السلوكى :	الهدف المعرفى :

التشكيلات	المحتوى	الزمن	أجزاء السدرس
	(وقوف عال- الذراعان جانبا) المشي أماما مع تبادل رفع الركبة أماما وتطويح الذراعين جانبا وهي متوازيتان جهة الركبة المرفوعة.	٥ ق	الإحماء
حر	(دحرجة البيضة). الجري الحر أو الحجل بالقدمين وعند الإشارة التبديل لاداء الدحرجة الامامية ثم الوقوف وتنفيذ الآتى : - مين يقدر يقلد الكتكوت وهو محبوس جوه البيضة . - مين يقدر يقلد البيضة وهي مقفولة وجواها الكتكوت . - تقليد الفرخة وهي تأكل القمح من فوق الأرض وكل ما تأكل بتكبر . - تقدر مجموعة منكم تتخيل أنه بياكل الفرخة ويشكر الله .	١٥ ق	الجزء الرئيسي
حر	(حركات إيقاعية مع الغناء) يالا على الحمام نغسل أسناني ونبقى تمام نغسلها ثلاث مرات في اليوم بعد ما نصحى وقبل النوم نغسلها بفرشة ومعجون مرة كمان بعد اليوم	١٠ ق	الجزء الختامي
	تؤكد المعلمة علي ضرورة تناول الوجبات الغذائية في المنزل علي أن تكون محتوية علي كافة العناصر الغذائية .	٥ق	نصائح وإرشادات

ملخصات البحث

- ملخص البحث باللغة العربية .
- مستخلص البحث باللغة العربية .
- مستخلص البحث باللغة الإنجليزية .
- ملخص البحث باللغة الإنجليزية .

المقدمة ومشكلة البحث :

يعتبر الاهتمام بطفل مرحلة ما قبل المدرسة من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمع وتطوره ومرحلة الطفولة المبكرة تعتبر من أهم مراحل النمو وأكثرها أثراً في حياة الإنسان ، فهي مرحلة تكوينية للفرد من الناحية الجسمية والعقلية والانفعالية والصحية والاجتماعية وتؤثر تأثيراً عميقاً في حياة الفرد المستقبلية لذلك أصبح من الضروري الاهتمام بالخدمات التي تقدم للطفل في مرحلة ما قبل المدرسة ولم يعد الاهتمام بهذه المرحلة ضرورة اجتماعية فرضتها ظروف المجتمعات المتقدمة ، بل أصبح هذا الاهتمام نتيجة اقتناع تربوي ونفسي وإدراك بأهمية العملية التربوية في هذا السن المبكر من حياة الطفل .

ولذا حظيت مرحلة ما قبل المدرسة باهتمام بالغ في مصر باعتبارها نواذ الشخصية التي تصاغ في تلك المرحلة ، حيث يكون الطفل سهل التأثير والتشكيل وسريع القابلية ، وما يكتسبه من اتجاهات ومفاهيم وسلوكيات يصعب تغييرها فيما بعد .

ولقد أكدت وثيقة الرئيس محمد حسنى مبارك حول العقد الأول لحماية الطفل المصرى ورعايته من سنة (١٩٨٩ - ١٩٩٩) على أهمية تنمية الوعي لدى المجتمع المصرى بموجب استخدام وسائل العصر في مجالات صحة الطفل ورعايته بلوغاً الى توفير حياة أفضل لأطفالنا سواء كان حقهم فى التمتع برعاية صحية كاملة وإصدار بطاقة صحية تسجل بها حالته الصحية منذ ولادته وكافة ما يتعرض له من إصابات وأمراض وتطعيمه بالطعون الواقية من الأمراض المعدية والرقابة على الأغذية التى تقدم فضلاً عن حقه فى الرعاية الاجتماعية التى تضمن دور الحضانه ورياض الأطفال ، وأنه بالرغم من الجهود التى تبذل فى مجال رعاية الطفل نجد أن الاهتمام ينصب على جانب واحد أو أكثر من جانب من التربية العامة للنشئ .

إن فترة الطفولة المبكرة من أخطر ما يكون فهى سهله التأثير فى سلوكيات الطفل حيث تلعب الطبقة الاجتماعية للأسرة دوراً كبيراً فى تشكيل سلوك الطفل حيث يؤثر الإطار الثقافى للأسرة الذى ينشأ فيها الطفل على سلوكه ، فتقافة الوالدين لها أهمية كبيرة فى تنشئة الأطفال حيث يتأثر الأطفال باتجاهات الإساء ويتعلمون مما يفعله الآباء ومن أسلوب تعامله سواء فى نظام التغذية أو اللعب أو كيفية التعامل مع الآخرين بالإضافة إلى طريقة مشاهدة التلفزيون فيقع على كاهل الأسرة ودوراً كبيرة فى كيفية اختيار البرامج الهادفة ذات المادة العلمية الجيدة التى تثرى ثقافة الأطفال

وتساعده فى تكوين عادات واتجاهات صحيحة كما يستطيع الوالدين قراءة الصحف والمجلات والقصص وقصها على الأطفال لإكسابهم بعض الثقافات الصحية والخلفية والاجتماعية التى تشبه الحاجة السلوكية للأطفال حتى يكونوا أطفالاً أسوياء فى جميع المجالات ، انطلاقاً من الخطة الخمسية للحكومة فى الاهتمام بتنشئة الطفل المصرى فى مرحلة الطفولة المبكرة (مرحلة ما قبل المدرسة) قامت الباحثة بعمل مسح للمراجع والدراسات التى تمت فى كيفية استغلال النشاط الحركى فى تنمية وتعديل وتأصيل بعض السلوكيات فى هذه المرحلة فلم أجد سوى دراسة واحدة تناولت الوعى الصحى لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ولم أجد أى دراسة تناولت السلوك الصحى لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة هذا ما أثار فكر الباحثة ودفعها للقيام بمحاولة تصميم برنامج أنشطة حركية للتعرف على تأثيره على السلوك الصحى لأطفال ما قبل المدرسة.

أهمية البحث :

يعتبر النشاط الحركى أحد الميادين الهامة لتعلم الطفل ، حيث يتصور الطفل أنه خلق لى يلعب واللعب هو وظيفته الأساسية فى الحياة وهذا أجدى أنواع التعليم لذا فالنشاط الحركى وسيلة فعالة ومؤثرة فى تربية الطفل وتنمية قدراته البدنية وإكسابه أنماط سلوكية صحية سليمة تعدد إلى أن يكون مواطناً صالحاً فى المستقبل فهو يتيح له فرصة لإشباع حاجات الطفل المكبوتة وتكمن أهمية البحث الحالى:

أولاً: من الناحية العلمية :

تتركز الأهمية العلمية فى الوصول الى مجموعة من المعارف والمعلومات بشأن السلوك الصحى والى أى مدى يمكن التأثير فيها عن طريق برنامج أنشطة حركية ، حيث قامت الباحثة بأخذ رأى الخبراء فى أهم السلوكيات الصحية فى هذه المرحلة ثم تقسيمها الى أبعاد ثم بناء مقياس السلوك الصحى لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة (٤-٦) سنوات من خلال هذه الأبعاد وإعداد برنامج أنشطة حركية خاص بأطفال مرحلة ما قبل المدرسة .

ثانياً : من الناحية التطبيقية :

تتمثل الأهمية التطبيقية لهذا البحث في إعداد برنامج أنشطة حركية له تأثير في السلوك الصحي لدي أفراد العينة ، وهذا يساعد الباحثين ومدرسي رياض الاطفال في تطبيقها لتنمية السلوك الصحي أو عند إجراء دراسات اخرى مشابهة ، حيث تعتبر مرحلة الطفولة من أهم الفترات في تكوين شخصية الفرد فهي مرحلة تكوين وإعداد ، ترسي خلالها ملامح شخصية الفرد في المستقبل.

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

- (١) تصميم برنامج أنشطة حركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة يهدف إلى تحقيق السلوكيات الصحية الايجابية .
- (٢) التعرف على تأثير برنامج الأنشطة الحركية المقترح على السلوك الصحي للطفل في مرحلة ما قبل المدرسة .

فرض البحث :

توجد فروق دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في السلوك الصحي لصالح القياس البعدي بعد تطبيق برنامج الأنشطة الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم (القبلي - البعدي) على مجموعة تجريبية واحدة ، نظرا لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

مجتمع و عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث من أطفال الروضة الإسلامية بكفر جنزور التابعة لتتلا تتراوح أعمارهم بين ٤ : ٦ سنوات و بلغ حجم العينة (٤٠) طفلا و طفلة تم اختيارهم بطريقة عمدية.

وسائل جمع البيانات :

قامت الباحثة باستخدام عدة وسائل لجمع البيانات وهي :

- (١) قياس الوزن : و قد تم حسابه بالكيلو جرام باستخدام ميزان طبي معيار.
- (٢) قياس الطول : و قد تم حسابه بالسلم باستخدام الرستاميتز .
- (٣) قياس العمر الزمني : و قد تم استخدام حسابه بالسنة و تم الحصول عليه من سجلات الروضة.
- (٤) نسبة الذكاء : عن طريق اختيار رسم الرجل لجودانف هاريس "Good Enough"
- (٥) مقياس السلوك الصحي: من إعداد الباحثة.
- (٦) برنامج أنشطة حركية : من إعداد الباحثة .

مقياس السلوك الصحي:

أ- الهدف من المقياس : يهدف المقياس إلى التعرف على مستوى السلوك الصحي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة (٤ : ٦) سنوات.

ب- خطوات إعداد المقياس :

- (١) قامت الباحثة بالإطلاع على الأبحاث والمراجع العلمية .
- (٢) راعت الباحثة الضوابط الخاصة بإعداد العبارات وهي أن تتمشى مع النمو العقلي و الفكرى لأطفال العينة والوضوح وعدم التعقيد وأن تتمشى مع السلوك الذى تعبر عنه.
- (٣) وقد إتفق آراء الخبراء على تحديد (٦) محاور للمقياس فى صورته النهائية وذلك بعد حذف البعض وهذه المحاور كالتالى:

- ١- السلوك الصحى الشخصى
- ٢- السلوك الصحى الغذائى
- ٣- السلوك الصحى الوقتى
- ٤- السلوك الصحى الرياضى
- ٥- السلوك الصحى البيئى
- ٦- السلوك الصحى القوامى

وقد تم تحديد العبارات المناسبة لكل محور من المحاور وقد بلغ مجموع العبارات لجميع محاور المقياس (٤٨) عبارة مرفق (٥) وتم عرضها على عدد (١٥) خبير وذلك للتأكد من مدى ملاءمتها لقياس تلك الأبعاد وقد اتفق السادة الخبراء على تحديد (٢٤) عبارة للمقياس فى صورته النهائية .

وقد استخدمت الباحثة ميزان تقدير ثنائى لبناء المقياس وذلك بوضع جميع العبارات فى قائمة تتدرج بين الإيجابية والسلبية وقد روعى عند صياغة العبارات أن تكون بعضها إيجابى والبعض الآخر سلبى حتى لا يجيب الأطفال على العبارات دون تركيز أو تفكير و بالتالى تضمن صدق الأطفال فى الإجابة على المقياس .

تصحيح المقياس كالتالى :

- أ- العبارات السلبية : نعم (١) درجة واحدة ، لا (٢) درجتان
ب- العبارات الإيجابية : نعم (٢) درجتان ، لا (١) درجة واحدة .

يوضح عدد العبارات الإيجابية والعبارات السلبية

م	الأبعاد	عدد العبارات الإيجابية	عدد العبارات السلبية
١-	السلوك الصحى الشخصى	٤	-
٢-	السلوك الصحى الغذائى	٢	٢
٣-	السلوك الصحى الوقتى	٣	١
٤-	السلوك الصحى الرياضى	٤	-
٥-	السلوك الصحى البيئى	٣	١
٦-	السلوك الصحى القوامى	٢	٢

الدراسة الاستطلاعية :

تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (١٠) أطفال من خارج عينة البحث الأساسية وذلك في الفترة ٢٠٠٧/١٢/١٨ إلى ٢٠٠٧/١٢/٣١ وذلك بغرض التحقق من المعاملات العلمية للمقياس (الصدق والثبات) وتدريب المساعدين على كيفية إجراء القياس وتطبيق الوحدة ومدى مناسبة البرنامج لسن العينة من حيث سهولة عباراته ووضوح محتواه ، وقد أسفرت نتائج هذه التجربة عن صدق وثبات المقياس وصلاحيته كوسيلة ثابتة لقياس مستوى السلوك الصحي لأفراد العينة كما أوضحت أيضاً مناسبة البرنامج المقترح لأفراد العينة .

برنامج الأنشطة الحركية :

أ- أهداف البرنامج :

- ١- الهدف العام للبرنامج : يهدف البرنامج إلى تحسين مستوى السلوك الصحي لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة (٤ : ٦) سنوات .
- ٢- الأهداف التعليمية للبرنامج :

أ- الأهداف المعرفية :

- (١) أن يكتسب الأطفال بعض السلوكيات الشخصية الصحيحة والإقلاع عن السلوكيات الخاطئة .
- (٢) أن يكتسب الأطفال بعض السلوكيات الغذائية الصحيحة .
- (٣) أن يكتسب الأطفال بعض السلوكيات الوقائية الصحيحة .
- (٤) أن يكتسب الأطفال بعض السلوكيات الرياضية الصحيحة .
- (٥) أن يكتسب الأطفال بعض السلوكيات البيئية الصحيحة .
- (٦) أن يكتسب الأطفال بعض السلوكيات القوامية الصحيحة .

ب- الأهداف الانفعالية والاجتماعية :

- (١) أن يكتسب الطفل الشعور بالسعادة والمتعة .

- (٢) أن يكتسب الطفل التعاون ومساعدة الغير .
- (٣) تنمية روح الفريق الواحد والثقة بالنفس .

أسس وضع البرنامج :

- (١) مراعاة الفروق الفردية بين أفراد العينة.
- (٢) مراعاة متطلبات النمو في هذه المرحلة .
- (٣) يجب أن يتناسب محتوى البرنامج مع أهدافه .
- (٤) يجب أن يتناسب مع الإمكانيات الموجودة بالروضة .
- (٥) يتناسب مع الزمن المحدد له والهدف المرجو منه .
- (٦) أن يتدرج من السهل إلى الصعب ويتوافر فيه عنصر التشويق .

محتوى البرنامج :

١- تحديد عناصر السلوك الصحي :

قامت الباحثة بالاطلاع على مجموعة من المراجع العلمية والدراسات والبحوث السابقة وقامت بعمل استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء فى مجال علوم الصحة الرياضية والصحة العامة وذلك بهدف التعرف على أهم العبارات الملائمة لأفراد العينة قيد البحث والتي تحقق الهدف من البرنامج.

الإطار الزمنى لتنفيذ البرنامج :

أشتمل برنامج الأنشطة الحركية على (٣٦) وحدة ، زمن الوحدة (٣٥) دقيقة ، بواقع (٣) وحدات إسبوعياً وذلك لمدة (٣) شهور على أن يبدأ التطبيق فى (٢٠٠٨/١/١٢) وينتهى فى (٢٠٠٨/٤/١٢)، وقد تم توزيع زمن الوحدة وفقاً لما يلى :

- الإحماء ٥ ق .
- الجزء الرئيسى ٥ اق .
- الجزء الختامى ٥ اق .
- نصائح وإرشادات ٥ ق .

خطوات إجراء التجربة الأساسية :

- القياس القبلي :

قامت الباحثة ومعها المساعدان بإجراء القياس القبلي على عينة البحث الأصلية وذلك بتطبيق مقياس السلوك الصحي على (٤٠) طفل وطفلة من أطفال الروضة وتم توزيع كل عبارة مصورة على حدة وذلك خلال الفترة ٢٠٠٨/١/١ إلى ٢٠٠٨/١/١٠ .

- تطبيق وتنفيذ البرنامج :

تم تطبيق برنامج الأنشطة الحركية المقترح على عينة البحث قوامها (٤٠) طفلاً من أطفال الروضة في المرحلة (٤ : ٦) سنوات وذلك في الفترة من ٢٠٠٨/١/١٢ إلى ٢٠٠٨/٤/١٢ وقد استغرق تطبيق البرنامج (١٢) أسبوعاً بواقع (٣) وحدات أسبوعاً وقد بلغ عدد الوحدات ٣٦ وحدة .

- القياس البعدي :

تم إجراء القياس البعدي لعينة البحث الأساسية و ذلك في الفترة من ٢٠٠٨/٤/١٣ وحتى ٢٠٠٨/٤/٢٤م وقد تم هذا القياس على جميع أفراد العينة ، ثم قامت الباحثة بجمع البيانات وتنظيمها وجدولتها تمهيداً لمعالجتها إحصائياً وعرض النتائج ومناقشتها واستخلاص النتائج ووضع التوصيات .

المعالجات الإحصائية :

استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية لمعالجة البيانات في الفترة من ٢٠٠٨/٥/٣ وحتى ٢٠٠٨/٥/٢٩م :

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الوسيط .
- اختبار (ت) .
- الالتواء .

- معامل الارتباط لبيرسون.
- اختبار كاي^٢ (اختبار التطابق) .
- النسبة المئوية.

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات:

استنادا إلى ما أظهرته نتائج البحث وفي ضوء أهداف البحث وفي حدود عينة البحث والمنهج المستخدم وأدوات جمع البيانات توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات التالية :

- (١) برنامج الأنشطة الحركية له تأثير إيجابي في تحسين السلوك الصحي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة .
- (٢) توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في أبعاد السلوك الصحي لصالح القياس البعدي .

التوصيات:

وتوصى الباحثة في ضوء نتائج البحث والمعالجات الإحصائية بالتوصيات التالية:

- (١) تعميم برنامج الأنشطة الحركية قيد البحث في مرحلة ما قبل المدرسة من أجل تحسين السلوك الصحي .
- (٢) الاستفادة من مقياس السلوك الصحي في هذه الدراسة للتعرف على مستوى السلوك الصحي لدى طفل ما قبل المدرسة.
- (٣) ضرورة الاهتمام بإعداد برامج علمية للتربية الصحية والسلوك الصحي تبدأ من مرحلة ما قبل المدرسة وحتى المرحلة الجامعية على أن تدرج بالمنهاج الدراسية المختلفة.

- (٤) إعداد مدرسى ومدرسات رياض الأطفال إعدادا جيد وتزويدهم بالمعلومات والمعارف والخبرات والممارسات الصحية الإيجابية حتى يتمكنوا من غرسها فى الأطفال .
- (٥) ضرورة تطوير برنامج الأنشطة الحركية ومقياس السلوك الصحى من الصور إلى الكارتون ويشاهده الأطفال بشتى الطرق من أجل اكتساب وتعديل سلوكياتهم واكتساب قيم تخدم قيم المجتمع المصرى .
- (٦) ضرورة تدريب مدرسى التربية الرياضية على طرق وأساليب التدريس الفعالة لغرس الاتجاهات الإيجابية نحو الصحة والسلوك الصحى للنشئ فى مراحل التعليم المختلفة.
- (٧) إعداد مجلة خاصة بالأطفال تعمل على تنميتهم من كافة النواحي التربوية والصحية والنفسية والانفعالية والاجتماعية .

مستخلص البحث

بحث مقدم من

أمانى إبراهيم خليفة جبريل

بعنوان

برنامج أنشطة حركية وتأثيره على السلوك الصحى لأطفال

مرحلة ما قبل المدرسة

يهدف البحث الى: تصميم برنامج أنشطة حركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة، والتعرف على تأثير برنامج الانشطة الحركية المقترح على السلوك الصحى.

و استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم (القبلي - البعدى) على مجموعة تجريبية واحدة، و تم اختيار عينة البحث من أطفال الروضة و تتراوح أعمارهم بين ٤ : ٦ سنوات و بلغ حجم العينة (٤٠) طفلاً و طفلة تم اختيارهم بطريقة عمدية، وكان من أهم أدوات البحث مقياس السلوك الصحى ويتكون من (٢٤) عبارة وذلك يهدف المقياس إلى التعرف على مستوى السلوك الصحى لأطفال (٤ : ٦) سنوات ومدى اكتسابهم للسلوكيات الصحية وكذلك برنامج لتحسين مستوى السلوك الصحى لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة (٤ : ٦) سنوات .

أهم النتائج:

- (١) برنامج الأنشطة الحركية المقترح والمستخدم فى البحث يؤثر تأثير إيجابياً وفعالاً على اكتساب وتنمية السلوك الصحى لأفراد عينة البحث من أطفال مرحلة ما قبل المدرسة .
- (٢) توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى فى أبعاد السلوك الصحى لصالح القياس البعدى .

Tanta University
Faculty of Physical Education
Department of Sports Health Sciences



A Programme Of Motor Activities And Its Effect On the Healthy Behaviour of Pre-school Children

A research presented by:

Amany Ibrahim Khalifa Gebriel

Under supervision of:

Dr.

Magda Akl Saber

Prof; of Curriculums Dept. of
Curriculums and Teaching
Methods Faculty Of
Physical Education
Tanta University

Dr.

Fatma Saad Abd El-Fatah

Asst, Prof. Dept. of Sports
Health Sciences Faculty Of
Physical Education
Tanta University

1430 H.- 2009 A.D.

Research Problem and Introduction:

Early childhood period is considered the most dangerous time as it can be of a great easy effect on the child's behaviours where the family's social status plays a major role in shaping the child's behaviour as the cultural frame of the family in which he is brought up according to a certain behaviour because the parents' culture has a great importance in bringing up their children as they become affected by their parents' attitudes and learn from what their parents do and from the form in which they are treated in relation to the feeding system, or playing or healthy behaviour inside and outside the house or how to deal with others in addition to the method used in watching T.V. as it lies on the family's shoulder the responsibility of choosing the right programmes of a good scientific context that can help in enriching the children's culture and help them in forming sound habits and attitudes .Also parents can read newspapers ,magazines and stories to tell them to the children to make them acquire some health, moral, and social cultures which satisfy the behavioural need of the children in order to become normal in all kinds of fields.

And the document issued by President Mohammed Hosny Mubarak about the first decade of protection and care of the Egyptian child from (1989-1999) confirmed the importance of developing the awareness of the Egyptian society by virtue of using the modern tools of the present era in the fields of health and care of the child till we can provide our children with a better life whether that was related to their right of enjoying a full health care and issuing a health card in which the child's health state is recorded since his birth along with all the injuries and diseases he has been exposed to in addition to vaccinating him with preventive vaccines to protect him from contagious diseases, providing supervision on foods

introduced to him and protecting his right in having social care that include nurseries and kindergartens .And it should be noted that in spite of all the efforts exerted in the field of child care ,we find that interest is only directed to one or more than one side of general education of the youngsters.

Within the researcher's knowledge and through her reviewing of the previous scientific references and studies performed in the field of general health ,she could only find one study that tackled the subject of health awareness of pre-school children but she did not find any study that tackled the health behaviour of pre-school children despite the importance of this stage in implementing health behaviour ;thereby, the researcher was urged to make an attempt to design a programme of motor activities in order to identify its effect on health behaviour of pre-school children.

Research Importance:

Motor activity is considered one of the important fields of child learning as the child imagines that he was created to play and that playing is his basic job in life and this is the most useful kind of education because motor activity is an effective way of the child's education and development of his physical abilities in addition to enabling him to acquire sound health behavioural forms that can prepare him to be a good citizen in the future as it gives a chance to satisfy the child's suppressed needs ;thus ,the research importance lies in the following:

First : From the scientific aspect:

The scientific importance lies in acquiring some branches of knowledge and information about healthy behaviour and how far it can be affected by a programme of motor activities as the researcher

prepared a measure of healthy behaviour of pre-school children (4-6) years and prepared a programme of motor activities of pre-school children which can help researchers and kindergarten teachers in using it as a guideline in developing healthy behaviour or when performing other similar studies.

Second : From the practical aspect:

The practical importance of this research is embodied in preparing a programme of motor activities capable of affecting healthy behaviour of the research subjects since children occupy the most important priority of all meaningful educational programmes as the stage of childhood is considered the most important period in which the individual's character is shaped as it is a stage of formation and preparation ,through which the individual's characterizing features of his character is established throughout the future.

Research Objectives:

This research aims at:

- (1) Designing a programme of motor activities for the pre-school children.
- (2) Identifying the effect of the proposed programme of motor activities on healthy behaviour.

Research Hypotheses:

There are statistically significant differences between the pre- and post- measurement of the experimental group in favour of the post-measurement after applying the proposed programme.

Research procedures:

Research method:

The researcher made use of the experimental method by applying the (pre-post) design on one experimental group as it suits the nature of this thesis.

Research community and sample:

The research sample was chosen from the children of El-Rawda El-Islameya in Kafr Ganzour of Tala ;their ages ranged from 4:6 years old and the sample included thirty (40) male and female children who were purposively chosen.

Tools of data collection:

The researcher used the following several tools for collecting data:

- (1) Weight measurement: it was calculated in kilograms using standard medical scales.
- (2) Height measurement: it was calculated in centimeters using a Restameter.
- (3) Time age measurement : It was calculated by years and was taken from the kindergarten records.
- (4) Percentage of Intelligence: By choosing the leg drawing of Goodenough Harris.
- (5) Measure of healthy behaviour : Making use of the measure of healthy behaviour of Professor Dr. Masoud Ghouraba from which the researcher derived from it the major axes and prepared the secondary statements in accordance with the children's age in addition to the diagrams of each statement.
- (6) A programme of motor activities: Prepared by the researcher.

Measure of healthy behaviour:

A-Aim of the measure : The measure aims at identifying the level of healthy behaviour of children (4-6) years old and how far they acquired healthy behaviours.

B- Steps of preparing the measure:

- (1) The researcher reviewed the researches and scientific references.
- (2) The researcher took into consideration the considerations related to preparing the statements to be in accordance with the mental and intellectual growth of the children of the sample in addition to clarity and lack of complication and the fact that it should be in accordance with the behaviour it represents .
- (3) The experts' opinions agreed upon specifying six (6) axes of the measure in its final image after omitting some of them and these axes were as follows:

- 1- Personal healthy behavior
- 2- Nutritional healthy behaviour
- 3- Preventive healthy behaviour
- 4- Sports healthy behaviour
- 5- Physical healthy behaviour
- 6- Postural healthy behaviour

The statements suitable to each axis were specified and the total number of statements of all the measure's axes was eighty-four (48) statements (attachment 5) and they were shown to fifteen (15) experts to make sure that they were suitable to measuring these dimensions and the experts agreed upon specifying twenty-four (24) statements of the measure in its final image.

The researcher used twofold evaluation scales for developing the measure by putting all the statements in a list ranging from positivity and negativity and when formulating the statements, it was taken into account that some of them were to be positive and others to be negative so that children do not respond to the statements without concentration or thinking and consequently it would guarantee the children's validity in responding to the measure.

Correction of the measure was as follows:

A-The positive statements : Yes; two (2) degrees ,No ;one (1) degree.

B- The negative statements: Yes ; one (1) degree ,No ;two (2) degrees.

The Preliminary Study:

The preliminary study was applied on a sample of eleven (10) children from outside the basic research sample from 10th January,2008 A.D to 9th January,2008 A.D. to check the scientific processes of the measure (validity and reliability) sand train the assistants on how to perform the measure and apply the unit in addition to the suitability of the programme to the sample's age in relation to the simplicity of its statements and clarity of its content .The results of this experiment showed the validity and reliability of the measure and its suitability as a stable means for measuring the healthy behaviour of the sample subjects and it also showed the suitability of the proposed programme for the subjects of the sample.

Programme of motor activities:

A-Programme objectives:

1) General objective of the programme: The programme aims at improving the level of healthy behaviour of the pre-school children (4-6) years old.

2) Educational objectives of the programme:

A- The cognitive objectives:

(1) The children should acquire some sound personal behaviours and quit doing wrong ones.

(2) The children should acquire some sound nutritional behaviours.

(3) The children should acquire some sound preventive behaviours.

(4) The children should acquire some sound physical behaviours.

(5) The children should acquire some sound postural behaviours.

B- The emotional and social objectives:

(1) The child should acquire a feeling of happiness and joy.

(2) The child should acquire co-operation and helping others.

(3) Developing the spirit of one unified team and self confidence.

Bases of developing the programme:

- (1) Taking into consideration the individual differences among the subjects of the sample.
- (2) Taking into consideration the requirements of growth during that stage.
- (3) The programme's content should conform to its objectives.
- (4) It should conform to the capabilities available in the kindergarten.
- (5) It should conform to the time specified for it and its aspired for objective.
- (6) It should develop gradually from easy to difficult and to be provided with suspense.

The programme's content:

1-Specifying the elements of healthy behaviour:

The researcher reviewed some scientific references in addition to the previous studies and researches and developed a survey form to check the experts' opinions in the field of sports health sciences and general health with the aim of identifying the most suitable statements for the subjects of the sample under research and which achieve the objective sought of the programme.

The time frame of programme implementation:

The programme of motor activities included thirty-six (36) units and each unit lasted for thirty-Five (35) minutes by three(3) units a week for three (3) months and application started in 10th January ,2008 A.D and ended in 10th April,2008A.D. The unit time was distributed in the following steps:

- Warm-up for five (5) minutes.
- The final part for ten (10) minutes.
- The main part for fifteen (15) minutes.
- Tips and guidelines for five (5) minutes.

Steps of performing the basic experiment:

The pre-measurement:

The researcher ;along with her assistants performed the pre-measurement on the basic research sample by applying the measure of healthy behaviour on thirty (40) male and female children from the kindergarten and each picturesque statement was individually distributed from 9th January ,2008 A.D. to 10th January,2008 A.D.

Implementation and application of the programme:

The proposed programme of motor activities was applied on the research sample consisting of thirty (40) children from the kindergarten children from (4-6) years old from 10th January ,2008 A.D. to 10th April,2008 and programme application took twelve(12) weeks by three(3) units a week ; and the number of units was thirty-six units.

The post-measurement:

The post-measurement of the basic research sample was performed from 11th April,2008 A.D. till 12th April,2008 A.D. and this measurement was applied on all the subjects of the sample .Then ,the researcher collected ,organized and tabulated the data in preparation of statistically process them and show results and discuss them in addition to concluding the results and presenting recommendations.

Statistical Processes:

- -Arithmetic Mean.
- -Standard Deviation.
- Median.
- -(T) Test.
- Cronbach's Alpha Test.
- -Ch-Square Test (Conformity Test).

Conclusions and Recommendations:

Conclusions:

Based upon what the research results have shown and in the light of the research objectives and within the frame of research sample ,the used method and the tools used in data collection ,the researcher could achieve the following conclusions:

- (1) The proposed programme of motor activities has a positive effect on the environmental healthy behaviour by a percentage of the subjects of research sample.
- (2) There are statistically significant differences between the pre- and post- measurements concerning the dimensions of healthy behaviour in favour of the post-measurement.

Recommendations:

In the light of the research results and statistical processes which were significant during research preparation, the researcher recommends the following:

- (1) It is necessary to apply the programme of motor activities under research in the pre-school stage for improving the healthy behaviour .
- (2) Benefiting from the healthy behaviour measure used in this study to identify the level of healthy behaviour of the pre-school child and preparing programmes that can develop that behaviour into them.
- (3) It is necessary to prepare scientific programmes of healthy education and healthy behaviour that starts from the pre-school stage till the university stage and be included into different school curriculums as we seek spreading sound healthy behaviour.
- (4) Good preparation of the male and female teachers of kindergarten and providing them with healthy education and healthy behaviour to be able to implant them into the children.
- (5) It is necessary to develop the programme of motor activities and the measure of healthy behaviour by using pictures and cartoons to be watched by children in various ways in order to modify their behaviours and getting to acquire values that can serve the Egyptian society.
- (6) Shedding light on a competition that can be introduced as a branch of Reading For All competition to encourage the children to imagine and draw any health problem and the solution suggested...
- (7) Preparing a magazine related to children that work on developing them from all educational, healthy, psychological ,emotional and social aspects .

Abstract

A research presented by: Amany Ibrahim Khalifa Gebriel

Entitled : A Programme Of Motor Activities And Its Effect On the Healthy Behaviour of Pre-school Children.

This research aims at designing a programme of motor activities for the children of pre-school stage and identifying the effect of the proposed programme of motor activities on healthy behaviour.

The researcher made use of the experimental method by using the (pre-,post-) design and applying it on one experimental group ,the research sample was chosen from the kindergarten children whose ages ranged from 4:6 years old and the total sample included (40) male and female children who were chosen in a purposive way .The most important tool of this research was a measure of healthy behaviour that included twenty-four (24) statements and it aimed at identifying the level of healthy behaviour of 4:6 years old children and to what extent they could acquire healthy behaviours in addition to a programme of improving the level of healthy behaviour of pre-school 4:6 years old children .

The most important results:

- (1) The proposed programme of motor activities used in this research has a positive and effective on acquisition and development of healthy behaviour of the research sample from the pre-school children.
- (2) There are statistically significant differences between the pre- and post-measurements in the axes of healthy behaviour in favour of the post-measurement.