

المسرفقات

جامعة المنصورة  
كلية التربية الرياضية  
قسم المناهج وطرق التدريس

استمارة استطلاع رأي الخبراء  
لتحديد الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى  
من مرحلة التعليم الاساسى

إعداد

الدارس / عمرو محمد رشدي عبد الهادي

إشراف

أم.د/ حازم جاد عيسى

أم.د/ محمد مرسل حمد

### استمارة استطلاع رأي الخبراء

تحديد الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الاساسى

السيد الأستاذ الدكتور/.....

تحية طيبة وبعد ،،

يقوم الباحث عمرو محمد رشدي عبد الهادي المعيد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة بدراسة ضمن متطلبات الحصول علي درجه الماجستير في التربية الرياضية وموضوعها "تأثير عروض التمرينات علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الاساسى" \_ بهدف التعرف علي تأثير عروض التمرينات علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الاساسى وبالتحديد الصف الرابع الابتدائي ١٠:٩ سنوات .

لذا يرجوا الباحث من سعادتكم التكرم بالمشاركة بخبرتكم العلمية والعملية في :

١- تحديد أهم الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الاساسى ( الصف الرابع الابتدائي ) وفقا لطفره النمو .

٢- أي الاختبارات أنسب لقياس الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الاولى من مرحله التعليم الاساسى ( الصف الرابع الابتدائي ) وفقا لطفره النمو .

ولايسع الباحث سوي التقدم بجزيل الشكر لمساهمتمكم الايجابيه والفعاله في إتمام هذا البحث ،  
ولسيادتكم جزيل الشكر .

### بيانات خاصة بالخبير

الاسم : .....

الدرجة العلمية : .....

الوظيفة : .....

عدد سنوات الخبرة في المجال الرياضي : .....

عدد سنوات الخبرة في مجال التخصص : .....



تحديد الاختبارات الخاصة بالصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الاولى من مرحلة التعليم الاساسى (الصف الرابع الابتدائى) وفقا لطفرة النمو من ٩ : ١٠ سنوات:

م	الصفة البدنية	الاختبار	موافق	غير موافق	ملاحظات
١	القوة العضلية	- قياس قوة القبضة بالمانوميتر			
		- قياس قوة عضلات الرجلين بالديناموميتر.			
		- قياس قوة عضلات الظهر بالديناموميتر.			
		- دفع كرة طبية باليدين من الثبات .			
٢	السرعة	- الوثب العريض من الثبات			
		- العدو ٣٠ متر.			
		- العدو ٤ ثوانى من البدء العالى .			
		- اختبار نلسون للسرعة الحركية.			
٣	المرونة	- اختبار نلسون لزمن رد الفعل لأصابع اليد.			
		- اختبار ثنى الجذع من الجلوس الطويل			
		- اختبار ثنى الجذع من الوقوف.			
٤	الرشاقة	- قياس مرونة الكتفين .			
		- اختبار الوثبة الرباعية لمدة ١٠ ثوانى			
		- الانبطاح المائل من الوقوف لمدة ١٠ ث .			
		- اختبار الخطوة الجانبية ١٠ ثوانى .			
٥	التوافق	- اختبار الجرى الزجزاجى			
		اختبار نط الحبل			
		اختبار الجرى على شكل (∞)			
		اختبار الوثب على الحبل ١٥ ث للامام			
		اختبار الدوائر المرقمة			

إذا كان لدى سعادتكم أى اقتراحات أخرى الرجا إضافتها فى الجول التالى :

م	الصفة البدنية	الاختبار	ملاحظات

أى تعليقات لسعادتكم على ما سبق الرجا تدوينها هنا :

.....

.....

.....

.....

مرفق ( ٢ )  
 أسماء السادة الخبراء للصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى  
 من مرحلة التعليم الأساسي

الدرجة الوظيفية	اسم الخبير	م
استاذ المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية بالمنصورة	ابو النجا احمد عز الدين	١
أستاذ ورئيس قسم التدريب الرياضي وعميد كلية التربية الرياضية كفر الشيخ	احمد المتولي منصور	٢
استاذ بقسم التدريب الرياضي كلية التربية الرياضية جامعة حلوان	احمد كامل حسين	٣
أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة	أمر الله أحمد أبو العنين	٤
استاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة	حازم محمد جاد	٥
استاذ ووكيل كلية التربية الرياضية بالهرم جامعة حلوان	سالم حسن سالم	٦
استاذ بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان	طلحة حسام الدين	٧
استاذ ورئيس قسم بكلية التربية الرياضية بالهرم جامعة حلوان	عادل فوزي جمال	٨
استاذ ورئيس قسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة	علي السعيد ربحان	٩
أستاذ بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة	محمد السيد محمد خليل	١٠
استاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة	محمد مرسال حمد	١١
استاذ فسيولوجيا الرياضة كلية التربية الرياضية جامعة الاسكندرية	يوسف دهب علي	١٢

## مرفق (٣)

## المسح المرجعي للصفات البدنية المرتبطة بعينة البحث

م	الباحث	الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحله التعليم الأساسي					
		القوة	المرونة	السرعة	الرشاقة	التوافق	التوازن
١	علاء الدين عليوه محمد مرسل حمد (٢٠٠٢)	١	١	١	١	١	-
٢	محمد إبراهيم شحاتة ، محروس محمد قنديل احمد فؤاد الشاذلي (١٩٩٨)	١	١	١	١	١	١
٣	موسي فهمي ابراهيم عادل علي حسن (١٩٩٠)	١	١	١	-	-	١
٤	ليلى عبد العزيز زهران (١٩٩٧)	١	١	١	١	-	١
٥	ابو العلا عبد الفتاح (١٩٨٥)	١	-	١	١	-	-
٦	عنايات محمد فرج فاتن طه ابراهيم (٢٠٠٤)	١	-	١	-	-	-
٧	محمد حسن علاوي (١٩٩٤)	١	-	١	١	-	١
٨	عطيات محمد خطاب (١٩٩٧)	١	١	١	١	١	-
٩	علي الديري (١٩٨٧)	١	١	١	١	١	-
١٠	اسامة كامل راتب (١٩٩٩)	١	١	١	١	١	-
١١	عبد الحميد شرف (١٩٩٥)	-	-	-	-	-	١
١٢	اسامة كامل راتب (١٩٩٤)	١	١	١	١	١	١
١٣	عمرو ابو المجد جمال اسماعيل النمكي (١٩٩٧)	١	١	١	١	١	١
١٤	امر الله البساطي (٢٠٠١)	١	١	١	-	-	-
المجموع		١٣	١٠	١٣	١٠	٧	٦
النسبة		%٩٢	%٧١	%٩٢	%٧١	%٥٠	%٤٢

## الاختبارات البدنية المستخدمة في البحث

## اختبار قوة القبضة

## Hand Grip Strength Test

غرض الاختبار :

قياس القوة لعضلات المثنية للأصابع .

الأدوات :

جهاز ديناموميتر القبضة

وصف الأداء :

- يمسك المختبر جهاز الديناموميتر في قبضة يده مع ثنى مرفق اليد التي تؤدى الاختبار قليلا ويقوم بالضغط بقبضة اليد بأقصى قوة ممكنة لمحاولة إخراج أقصى قوة ممكنة بيده واحدة.
- يجب عدم ملامسة المختبر لأى جزء من جسمه باليدين أو أى شىء خارجى مع تجنب حركات النظر ومرجحة الذراع عند الأداء.

حساب الدرجات :

- يمنح كل مختبر محاولتان بينهما ٣٠ ثا راحة وتسجيل أفضل رقم بالكيلوجرام.

(١٠ : ٢٤٨)(٧٦ : ٥٦ ، ٥٧)(٨٠ : ٣٤ ، ٣٥)(٨٣ : ٢٧٤ ، ٢٧٥)



## اختبار قوة عضلات الظهر

## Static Back Strength Dynamometer Test

غرض الاختبار :

قياس القوة القصوى الثابتة للعضلات المادّة للظهر .

الأدوات :

جهاز ديناموميتر .

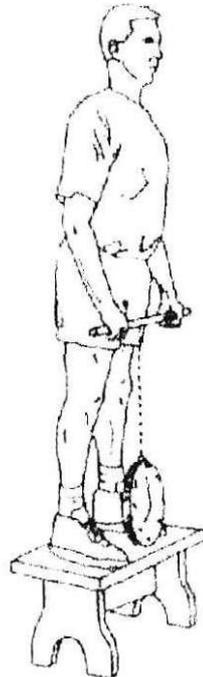
وصف الأداء :-

- يقف المختبر منتصباً على قاعدة الجهاز وقدماه في المكان المخصص له بقاعدة الجهاز واليدين أمام الفخذين وأصابع اليد مفرودة لأسفل.
- تعدل سلسلة الجهاز حتى يصبح مقبض الشد تحت أطراف الأصابع مباشرة .
- يقبض المختبر على عمود الشد وراحة إحدى اليدين مواجهة للجسم والأخرى مواجهة للأمام (قبضة معكوسة) .
- عندما يكون اللاعب مستعد للشد يقوم بثني الجرع قليلاً للأمام من عند منطقة الحوض ويجب ملاحظة عدم ثني الركبتين وكذلك استقامة الذراعين دون أى انثناء في المرفقين .
- عند نهاية الاختبار يجب أن يكون الظهر مستقيماً.

حساب الدرجات :

يمنح كل مختبر محاولتان بينهما ٣٠ ث راحة وتسجيل أفضل رقم بالكيلوجرام .

(١٠ : ٢٥٠)(٧٦ : ٥٩)(٨٠ : ٣٢، ٣٣)(٨٣ : ٢٧٥ ، ٢٧٦)



## اختبار قوة عضلات الرجلين

## Static Leg Strength Dynamometer Test

غرض الاختبار :-

قياس القوة لعضلات المادة للرجلين.

الأدوات :-

جهاز ديناموميتر.

وصف الأداء :-

- يقف المختبر منتصباً على قاعدة الجهاز وقدماه في المكان المخصص له بقاعدة الجهاز واليدين لأسفل أمام نقطة التقاء عظم الفخذ والحوض ويراعى هذا الوضع خاصة أثناء الشد.

- يتم تعديل طول السلسلة لتناسب مع طول اللاعب.

- يقوم المختبر بثني الركبتين قليلاً ويمسك بمقبض السلسلة باليدين ثم يقوم بفرد الركبتين لأقصى درجة ممكنة مع الحفاظ على استقامة الذراعين و الظهر.

حساب الدرجات :-

يمنح كل مختبر محاولتان بينهما ٣٠ ث راحة وتسجيل أفضل رقم بالكيلوجرام.

(١٠ : ٢٥١) (٧٦ : ٥٨) (٨٠ : ٢٩،٣٠) (٨٣ : ٢٧٦ ، ٢٧٧)



## اختبار الوثب العريض من الثبات

## Standing Broad Jump Test

غرض الاختبار :

قياس القدرة العضلية للرجلين.

مستوى السن :

من ٦ سنوات وحتى المرحلة الجامعية.

الأدوات :

شريط قياس - بساط .

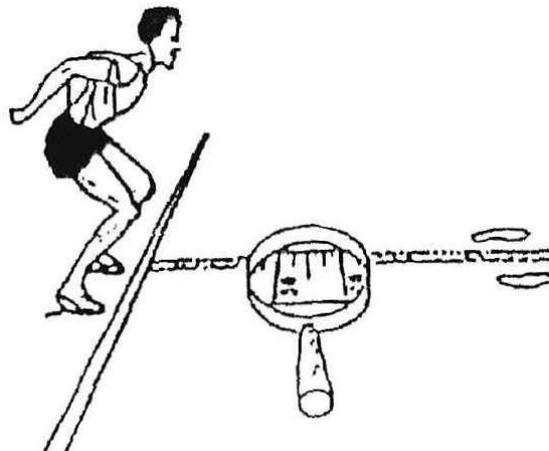
وصف الأداء :

- يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متوازيتان وباتساع الحوض على أن يكون مشط القدم خلف خط البداية .
- يبدأ المختبر بثني الركبتين مع مرجحة الذراعين خلفاً وميل الجذع أماماً تمهيداً للوثب العريض للأمام بالقدمين معاً لأطول مسافة ممكنة.

حساب الدرجات :

- يتم قياس المسافة بين خط البداية حتى آخر جزء من القدم يلمس الأرض.
- يعطى للمختبر ثلاث محاولات تحتسب نتيجة أفضلها. (٨٠ : ٩٣ - ٩٦)

(٨٣ : ٣٩٩ ، ٤٠٠)



## إختبار ثنى الجذع للأمام من الوقوف

### الغرض من الاختبار :

- قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي
- قياس مرونة الجذع والفخذ في حركات الثني للأمام .

### الأدوات اللازمة:

- مقياس مدرج من الخشب أو مسطرة طولها حوالي ٢٠ سم ، مقسمة بخطوط إلى وحدات كل وحدة تساوى ١ سم .
- مقعد أو كرسي أو منضدة مسطحة تتحمل وزن المختبر بدون حدوث أى اهتزازات

### الإجراءات :

- يثبت المقياس ( المسطرة ) على حافة المقعد أو المنضدة بحيث يكون منتصف المقياس أعلى حافة المقعد أو المنضدة ، والنصف الآخر أسفل الحافة .
- يلاحظ أن نقطة التدرج ( صفر) تكون في مستوى حافة المقعد على أن تكون انحرافات الدرجات التي تقع في النصف العلوي بالسالب والتي تقع في النصف السفلي بالموجب.

### وصف الأداء :

- يتخذ المختبر وضع الوقوف على حافة المقعد أو المنضدة بحيث يكون القدمان ملامستان لجانبى المقياس .
- يقوم المختبر بثني الجذع أمام أسفل بحيث تصبح الأصابع أمام المقياس ، ومن هذا الوضع يحاول المختبر ثنى الجذع لأقصى مدى ممكن بقوة وببطء مع ملاحظة أن تكون أصابع اليدين في مستوى واحد وأن تتحرك لأسفل موازية للمقياس .

### توجيهات :

- عدم ثنى الركبتين أثناء الأداء
- للمختبر محاولتان تسجل له أفضلهما .
- يجب الثبات عند آخر مسافة يصل إليها المختبر من ٢- ٣ ثوان.

### التسجيل :

- درجة المختبر هي أقصى نقطة على المقياس يصل إليها المختبر من وضع ثنى الجذع أما أسفل. (١٠ : ٤٠٧) (٨١ : ٣٤٦) (٧٧ : ٢٧) (٨٠ : ٣٨١) (٥١ : ٥٥٧)

(٨٣ : ٣٤٦)

اختبار الانبطاح المائل من الوقوف (١٠ ث)  
(Squat Thrus - Burpee Test)

غرض الاختبار:

قياس السرعة التي يستطيع بها الفرد تغيير اوضاع جسمه ويمتاز هذا الإختبار كقياس للرشاقة بأنة يخلو من السرعة الأنتقالية

مستوى السن:

للأولاد والبنات

الأدوات:

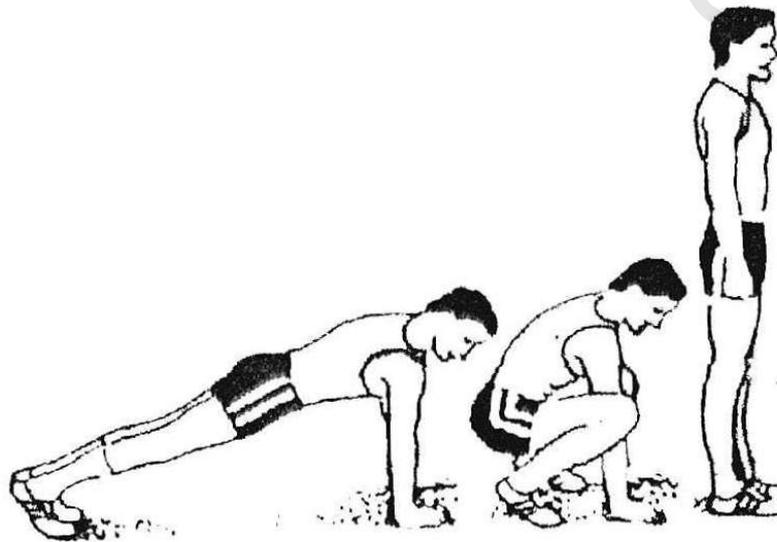
بساط - أرض مستوية - ساعة إيقاف

وصف الأداء:

- يقف المختبر معتدلاً وعند إعطاء إشارة البدء يقوم بثني الركبتين للنزول بالمقعدة لتلمس العقبين ووضع الكفين على الأرض بحيث تكون الركبتين بين الذراعين ثم قذف الرجلين خلفاً لاتخاذ وضع الانبطاح المائل ثم قذف الرجلين أماماً للوصول لوضع ثني الركبتين ثم الوقوف في وضع معتدل.
- تكرر الأداء لأكثر عدد من المرات.

حساب الدرجات:

- يبدأ المختبر بتكرار الأداء السابق أكبر عدد من المرات خلال مدة عشر ثوان وهو الزمن المقرر لأداء الإختبار. (٨٠ : ٢٧٩-٢٨١) (٧٦ : ١١٨ ، ١١٩)



### الاختبار الدوائر المرقمة

الغرض من الاختبار :

- قياس توافق الرجلين والعين .

الأدوات اللازمة :

- ساعة إيقاف .

- يرسم على الأرض (٨) دوائر على أن يكون قطر كل منها (٦٠سم) ستون سننيمتر وترقم الدوائر كما بالشكل السابق .

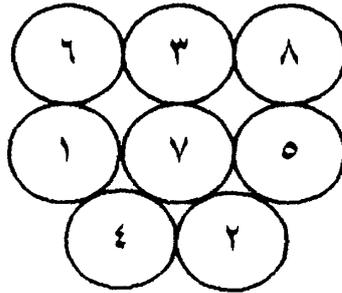
وصف الأداء :

- يقف المختبر داخل الدائرة رقم (١) وعند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا إلى الدائرة رقم (٢) ، ثم رقم (٣).... وهكذا . حتى يصل للدائرة رقم (٨) ويتم ذلك بأقصى سرعة .

حساب الدرجات :

- يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني دوائر .

( ٨١ : ٤٢٥ ، ٤٢٦ ) ، ( ٥١ ، ٥٦٢ )



### اختبار العدو ٣٠ م من البدء الطائر

#### غرض الاختبار :

قياس السرعة القصوى فى الجرى تحت ظروف متغيرة بالنسبة للقصور الذاتى لوزن الجسم وسرعة رد الفعل .

#### الأدوات اللازمة :

- مضمار لألعاب القوى أو منطقة فضاء طولها لا يقل عن ٥٠ م ، وعرضها لا يقل عن ٥ م ، و عدد ٢ ساعة إيقاف .

#### الإجراءات :

- تحديد منطقة اجراء الاختبار بثلاث خطوط ، خط بداية أول وخط بداية ثانى على بعد ٢٠ م من الخط الأول ، وخط نهاية على بعد ٣٠ م من الخط الثانى و ٥٠ م من الخط الأول .
- تخطط بالمنطقة عدد ٢ حارة لإجراء الاختبار .

#### وصف الأداء :

- يبدأ الاختبار بأن يتخذ كل مختبر وضع الاستعداد خلف الخط الأول .
- عندما يعطى الأذن بالبدء اشارة البدء ، يقوم المختبر بالجرى بسرعة تزايدية تصل إلى أقصى مدى لها عند خط البدء الثانى .
- يخصص لكل مختبر مراقب يتخذ مكانة عند خط البدء الثانى ويقف المراقب رافعاً إحدى ذراعية لأعلى وعندما يقطع متسابقة خط البدء الثانى يقوم المراقب بخفض ذراعه لأسفل بسرعة ، حينئذ يقوم الميقاتى بتشغيل الساعة مع هذه الإشارة .
- وعندما يقطع المختبر خط النهاية يقوم الميقاتى بإيقاف الساعة وحساب الزمن الذى يستغرقه المختبر ما بين الإشارة التى يعطيها المراقب ولحظة اجتيازه خط النهاية .

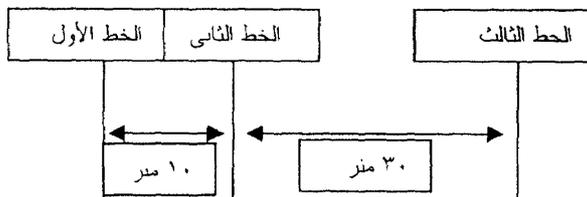
#### تعليمات الاختبار :

- يؤدى كل متسابقين الاختبار معاً لضمان توافر عامل المنافسة .
- على كل مختبر أن يجرى فى الحارة المخصصة له .
- يتخذ المختبر وضع البدء العالى عند خط البدء الأول .
- يعمل المختبر على أن يكتسب أقصى سرعة له خلال مسافة الـ ٢٠ م .
- يعطى لكل مختبر محاولتين بين كل محاولة والأخرى ٥ دقائق للراحة .

#### حساب الدرجات :

- يسجل الزمن لأقرب ١٠/١ من الثانية ويحتسب أقل زمن يسجلة فى المحاولتين .

(٨٣ : ٣٨١) (٧٧ ، ٣٤٠ - ٣٤٢)



مرفق (٥)  
الإختبار المعرفي

جامعة المنصورة  
كلية التربية الرياضية  
قسم المناهج وطرق التدريس

استمارة استطلاع رأي الخبراء  
تحديد الأهمية النسبية لأهداف الوحدة التعليمية الثالثة لمادة  
العلوم لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي

إعداد  
الدارس / عمرو محمد رشدي عبد الهادي

إشراف

أ.م.د/ محمد مرسل حمد  
أ.م.د/ حازم جاد عيسى

تحية طيبة وبعد ،،

يقوم الباحث عمرو محمد رشدي عبد الهادي المعيد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة بدراسه ضمن متطلبات الحصول علي درجه الماجستيرفي التربية الرياضية وموضوعها "تأثير عروض التمرينات علي مستوي التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسيه والصفات البدنيه المرتبطه بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحله التعليم الأساسي" بهدف التعرف علي تأثير عروض التمرينات علي مستوي التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنيه المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحله التعليم الأساسي وبالتحديد الصف الرابع الابتدائي ٩:١٠ سنوات والعمليّة في :

لذا يرجوا الباحث من سعادتكم التكرم بالمشاركة بخبرتك العلمية والعمليّة في :

- ١- تحديد الأهمية النسبية لأهداف الوحدة التعليمية الثالثة الخاصة بمادة العلوم .
- ٢- ولما كنتم أحد الخبراء البارزين في هذا المجال فبرجاء من سعادتكم إبداء الرأي في:
  - أ- تحديد أي العبارات صيغتها مناسبة لمحتوى الوحدة .
  - ب- يمكن إضافة أو حذف أو تعديل ما ترونه سيادتكم .

ولا يسع الباحث سوي التقدّم بجزيل الشكر لمساهمتم الإيجابية والفعاله في إتمام هذا البحث.

#### بيانات خاصة بالخبير

الإسم : .....

الوظيفة : .....

عدد سنوات الخبرة في مجال التخصص : .....

أولا : الرجا من سعادتكم التكرم بوضع النسب المئوية الملائمة لكل هدف من أهداف الوحدة

التعليمية الثالثة لمادة العلوم لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي حسب أهميتها النسبية

م	الهدف	النسبة المئوية
١	يتعرف علي المجموعة الشمسية .	
٢	يتعرف علي حجم الشمس بالنسبة لباقي النجوم .	
٣	يلاحظ الفرق بين النجوم والكواكب .	
٤	يقارن بين حجم كواكب المجموعة الشمسية .	
٥	يذكر أسماء كواكب المجموعة الشمسية .	
٦	يوضح أهمية الشمس كمصدر للضوء والحرارة علي سطح الأرض .	
٧	يقدر عظمه الخالق سبحانه وتعالى في الكواكب والنجوم .	

ثانيا : الرجا من سعادتكم التكرم بتحديد أي العبارات صيغتها مناسبة لمحتوى الوحدة كما

يمكن الإضافة أو الحذف أو تعديل ما ترونه سعادتكم .

أولا : تخير الاجابه الصحيحة من بين القوسين

غير مناسبة	مناسبة	العبارات
		١- عدد الكواكب ..... التي تدور حول الشمس أ: سبعة ب: ثمانية ج: تسعة
		٢- يدور كل كوكب في مدار ..... أ: بيضاوي ب: مستدير ج: مربع
		٣- يصدر عن النجم ..... أ: حرارة ب: ضوء وحرارة ج: ضوء
		٤- أكبر الكواكب حجما ..... أ: الأرض ب: الزهرة ج: المشتري
		٥- مصدر الحرارة علي الأرض ..... أ: القمر ب: النجوم ج: الشمس
		٦- تدور الكواكب في ..... حول الشمس أ: مدار ب: مدارين ج: مدارات
		٧- تقوم ..... بعكس الضوء الساقط عليها أ: الأرض ب: الكواكب ج: النجوم
		٨- الكوكب الذي نعيش عليه ، هو كوكب ..... أ: الأرض ب: الزهرة ج: المشتري
		٩- النجوم أجسام ..... أ: معتمة ب: باردة ج: متوهجه
		١٠- الشمس نجم ..... أ: صغير ب: صغير جدا ج: متوسط
		١١- عدد النجوم في السماء ..... أ: ألف مليون ب: عشرين مليون ج: لا يمكن حصره
		١٢- المصدر الرئيسي للحرارة علي سطح الأرض ..... أ: القمر ب: الشمس ج: النجوم
		١٣- الكواكب أجسام ..... أ: معتمة ب: باردة ج: متوهجه
		١٤- تعتبر الشمس ..... أ- كوكب ب: نجم ج : قمر
		١٥- أقرب كوكبين للأرض هما ..... أ: عطارد والزهرة ب : المريخ والزهرة ج: المريخ والمشتري

		١٦- أقرب كوكب الي الشمس هو .....
أ: الأرض	ب : الزهرة	ج: عطارد
		١٧- أصغر كواكب المجموعة الشمسية هو .....
أ: الأرض	ب : بلوتو	ج: عطارد
		١٨- كوكب ..... هو ثالث كوكب بعدا عن الشمس
أ: الأرض	ب : الزهرة	ج:المشتري
		١٩- كوكب عطارد هو .....
أ : أول	ب : ثاني	ج : رابع

### ثانيا : أكمل العبارات التالية :

م	العبارات	مناسبة	غير مناسبة
١	أكبر جسم فضائي في الشمس هو .....		
٢	أبعد كوكب من الشمس .....		
٣	أكبر الكواكب حجما هو .....		
٤	تدور الكواكب حول الشمس في مدارات .....		
٥	الأرض كوكب من تسعة كواكب تدور حول .....		
٦	الشمس نجم ذو حجم .....		
٧	النجوم ذاتية .....		
٨	الكوكب جسم معتم لاينبعث منه .....		
٩	عدد كواكب المجموعة الشمسية هو .....		
١٠	أكبر الكواكب حجما هو .....		
١١	أصغر الكواكب حجما .....		
١٢	مصدر الضوء والحرارة علي كوكب الأرض هو .....		
١٣	يدور الكوكب في مدار .....		

### ثالثا : اختر من العمود ( أ ) ما يناسبه من العمود ( ب ) بالتوصيل بينهما

م	العبارات المجموعة ( أ )	عبارات المجموعة (ب)	مناسبة	غير مناسبة
١	أقرب الكواكب إلي الشمس	( أ ) عطارد		
٢	أبعد الكواكب عن الشمس	( ب ) بلوتو		
٣	رابع كواكب المجموعة الشمسية بعدا عن الشمس	( ج ) الأرض		
٤	كوكب تتناسب فيه ظروف الحياة	( د ) المريخ		

جامعة المنصورة  
كلية التربية الرياضية  
قسم المناهج وطرق التدريس

استمارة استطلاع رأي الخبراء  
تحديد الأهمية النسبية لأهداف الوحدة التعليمية الثالثة لمادة الدراسات  
الاجتماعية لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي

إعداد

الدارس / عمرو محمد رشدي عبد الهادي

إشراف

أ.م.د/ محمد مرسال حمد

أ.م.د/ حازم جاد عيسى

السيد الاستاذ /.....

تحية طيبة وبعد ،،

يقوم الباحث عمرو محمد رشدي عبد الهادي المعيد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعه المنصوره بدراسه ضمن متطلبات الحصول علي درجه الماجستير في التربية الرياضية وموضوعها "تأثير عروض التمرينات علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسيه والصفات البدنيه المرتبطه بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحله التعليم الأساسي" بهدف التعرف علي تأثير عروض التمرينات علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسيه والصفات البدنيه المرتبطه بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحله التعليم الأساسي وبالتحديد الصف الرابع الابتدائي ٩:١٠ سنوات .

لذا يرجوا الباحث من سعادتم التكرم بالمشاركة بخبرتم العلمية والعملية في :  
٢- تحديد الأهمية النسبية لأهداف الوحدة التعليمية الثالثة الخاصة بمادة الدراسات الاجتماعية.

٢- ولما كنتم أحد الخبراء البارزين في هذا المجال فبرجاء من سعادتم إبداء الرأي في:

أ- تحديد أى العبارات صيغتها مناسبة لمحتوى الوحدة .

ب- يمكن إضافة أو حذف أو تعديل ما ترونه سيادتكم .

ولا يسع الباحث سوي التقدم بجزيل الشكر لمساهمتم الايجابية والفعاله في إتمام هذا البحث ، ولسعادتكم جزيل الشكر .

#### بيانات خاصة بالخبير

الإسم : .....

الوظيفة : .....

عدد سنوات خبره في مجال التخصص : .....

أولا : الرجا من سعادتم التكرم بوضع النسب المئوية الملائمة لكل هدف من أهداف الوحدة التعليمية الثالثة لمادة الدراسات الاجتماعية لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي حسب أهميتها النسبية

م	الهدف	النسبة المئوية
١	يوضح المقصود بالعيد	
٢	يميز بين مختلف أنواع الأعياد	
٣	يدرك أهميه إحتفال الناس بالأعياد	
٤	يعتز بالعلم المصري وكيف يحافظ عليه	
٥	يحدد علاقته بين علم المحافظة وشعارها ونشاط سكانها وتاريخها	
٦	يتعرف علي أمثله لبعض الأعياد السنويه والدينيه بالمحافظة	

ثانيا : الرجا من سعادتم التكرم بتحديد أي العبارات صيغتها مناسبة لمحتوى الوحدة كما يمكن الإضافة أو الحذف أو تعديل ما ترونه سعادتم .

## أولا : تخير الاجابه الصحيحة من بين القوسين :

غير مناسبة	مناسبة	العبارات
		١- النسر الذي يتوسط العلم لونه ..... أ: أحمر ب: ذهبي ج: إسود
		٢- يتكون علم مصر من ..... أ: لوان ب: ثلاث ألوان ج: أربع ألوان
		٣- المولد النبوي الشريف و عيد الميلاد المجيد ، من الأعياد ..... أ: الوطنية ب: الاجتماعية ج: الدينية
		٤- عيد ثوره ٢٣ يوليو ١٩٥٢، من الأعياد ..... أ: الدينية ب: الفنية ج: الوطنيه
		٥- يرتبط عيد المحافظة بأهم ..... أ: حدث ب: شخصيه ج: عيد ميلاد فرد ما
		٦- عيد الأم من الأعياد ..... أ: الوطنية ب: الاجتماعية ج: الدينية
		٧- يعتبر عيد الفطر من الأعياد ..... أ: الدينية ب: الفنية ج: الوطنيه
		٨- يتكون علم بلادنا من ثلاثة ألوان ويتوسط الجزء ..... صوره النسر أ: أحمر ب: أبيض ج: إسود
		٩- يعتبر عيد السادس من أكتوبر ١٩٧٣م من الأعياد ..... أ: الوطنية ب: الاجتماعية ج: الإقتصاديه
		١٠- من مظاهر الاحتفال بالمحافظات بالأعياد السنوية ..... أ: رفع الأعلام والزينات ب: إقامة الاحتفالات ج: كل ماسبق
		١١- يعتبر عيد شم النسيم من الأعياد ..... أ: الدينية ب: الفنية ج: الوطنيه
		١٢- يوافق عيد الدقهلية ذكرى الانتصار علي ملك فرنسا ..... أ: لويس الخامس ب: لويس السادس ج: لويس التاسع
		١٣- يعتبر عيد الجلاء من الأعياد ..... أ: الوطنية ب: الاجتماعية ج: الإقتصاديه
		١٤- يعتبر عيد الاضحى من الأعياد ..... أ: الشعبية ب: الدينية ج: الإجتماعيه
		١٥- بالشعار الخاص بمحافظه الدقهلية ..... يدل علي النشاط الصناعي أ: مفك ب: ترس ج: مفك وترس
		١٦- بالشعار الخاص بمحافظه الدقهلية سنبلتان يدل عليالنشاط ..... أ: الصناعي ب: زراعي ج: الإقتصادي

		١٧- بالشعار الخاص بمحافظة الدقهلية في الوسط يوجد أشعه تنتهي بدوائر تدل علي النشاط ..... أ:الصناعي ب: زراعي ج: التوسع في المجال الصناعي الزراعي
		١٨- المولد النبوي الشريف يعتبر من الأعياد ..... أ: الدينية ب: الفنية ج: الوطنية
		١٩- يحتفل أهالي الدقهلية في يوم ..... سنه ٢٥٠م أ: ٨ فبراير ب: ٩ فبراير ج: ١٠ فبراير
		٢٠- يعتبر عيد الاضحى من الأعياد ..... أ: الشعبية ب: الدينية ج: الإجتماعيه
		٢١- يعتبر عيد تحرير سيناء من الأعياد ..... أ: الدينية ب: الفنية ج: الوطنية

ثانيا: تخير لكل لون بالمجموعة (أ) ما يناسبه من المجموعة (ب) :

م	عبارات المجموعة ( أ )	عبارات المجموعة ( ب )	مناسبة	غير مناسبة
١	اللون الأسود في علم مصر	يشير إلي بذل الجهد والدماء من أجل مصر		
٢	اللون الأبيض في علم مصر	يشير إلي السلام والحرية		
٣	اللون الأحمر في علم مصر	يشير إلي أن مصر دوله عربيه أصيله		
		يشير إلي أن مصر دوله أفريقيه		
		يشير إلي الاستعمار والفساد قبل ثوره ١٩٥٢م		

ثالثا: أمامك قائمه من الأعياد. أكتب نوع كل عيد بالجدول :

م	العيد	نوعه	مناسبة	غير مناسبة
١	عيد الجلاء			
٢	عيد رأس السنة الهجرية			
٣	عيد الأم			
٤	شم النسيم			
٥	عيد تحرير سيناء			
٦	المولد النبوي الشريف			
٧	عيد الأضحى المبارك			
٨	عيد العمال			
٩	عيد القيامة			
١٠	عيد الثورة			
١١	عيد القوات المسلحة			

جامعة المنصورة  
كلية التربية الرياضية  
قسم المناهج وطرق التدريس

استماره استطلاع رأي الخبراء  
تحديد الاهمية النسبية لاهداف الوحدة التعليمية الثانية لمادة الرياضيات (هندسه)  
لتلاميذ الصف الرابع الابتدائى

إعداد  
الدارس / عمرو محمد رشدى

إشراف

أ.م.د/ محمد مرسل حمد      أ.م.د/ حازم جاد عيسى

السيد الاستاذ /.....

تحية طيبة وبعد ،،

يقوم الباحث عمرو محمد رشدي عبد الهادي المعيد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة بدراسه ضمن متطلبات الحصول علي درجه الماجستير في التربية الرياضية وموضوعها "تأثير عروض التمرينات علي مستوي التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسيه والصفات البدنيه المرتبطه بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي" \_ بهدف التعرف علي تأثير عروض التمرينات علي مستوي التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسيه والصفات البدنيه المرتبطه بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي وبالتحديد الصف الرابع الابتدائي ١٠:٩ سنوات .

لذا يرجوا الباحث من سعادتكم التكرم بالمشاركة بخبرتكم العلميه والعملية في :

- تحديد الاهمية النسبية لاهداف الوحدة التعليمية الثانية الخاصة بمادة الرياضيات (هندسه).

ولايسع الباحث سوي التقدم بجزيل الشكر لمساهمتم الإيجابييه والفعاله في إتمام هذا البحث،  
ولسيادتكم جزيل الشكر

### بيانات خاصة بالخبير

الإسم : .....

الوظيفة : .....

عدد سنوات الخبرة في مجال التخصص : .....

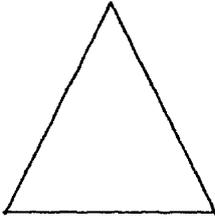
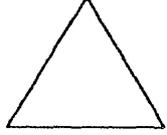
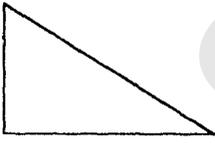
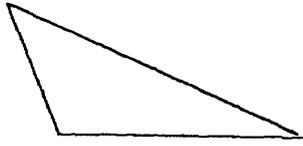
م	الهدف	النسبة المئوية
١	يستخدم المنقله في قياس زاوية معينة.	
٢	يرسم زاوية قياسها معلوم	
٣	يستخدم المنقله في قياس زوايا المثلث	
٤	يحدد نوع المثلث بالنسبه لأطوال أضلاعه	
٥	يحدد نوع المثلث بالنسبه لقياس زواياه	

الرجا من سعادتكم التكرم بوضع النسب المئوية الملائمة لكل هدف من أهداف الوحدة التعليمية الثانية لمادة الرياضيات(هندسه) لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي حسب أهميتها النسبية

### أولا : تخير الإجابة الصحيحة من بين القوسين :

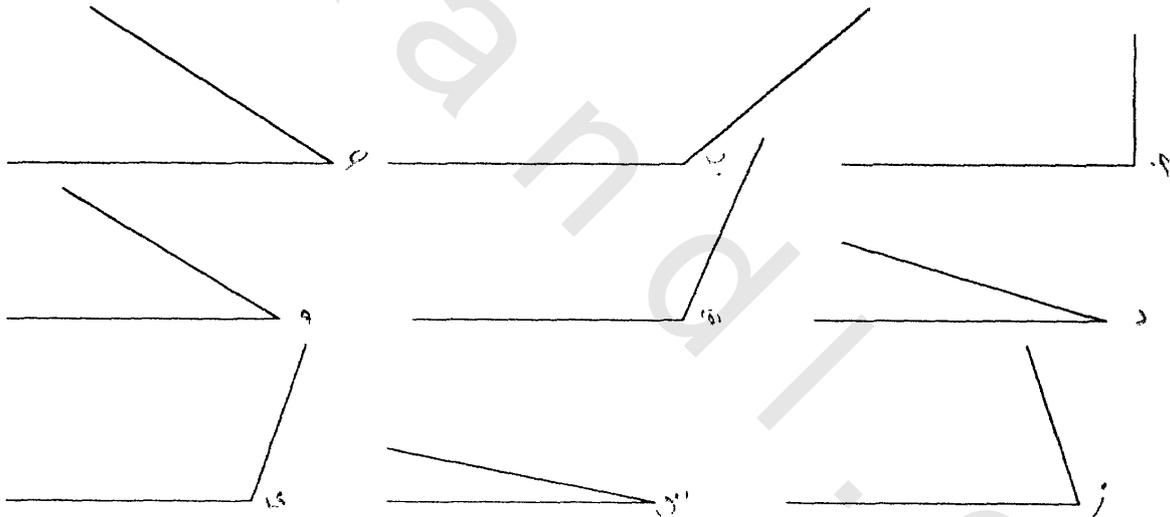
م	العبارات	مناسبة	غير مناسبة
١	قياس الزاوية القائمة يساوي ..... أ- ٨٠ درجة      ب- ٩٠ درجة      ج- ١٠٠ درجة		
٢	قياس الزاوية ..... أكبر من صفر وأقل من ٩٠ درجة أ- الحادة      ب- القائمة      ج- المنفرجة		
٣	مجموع قياسات زوايا المثلث الداخلية ..... أ- ١٨٠ درجة      ب- ٩٠ درجة      ج- ٣٦٠ درجة		
٤	يمكن أن نحدد نوع المثلث بالنسبة ..... أ- لزاوية      ب- لأضلاع      ج- كلاهما		
٥	قياس الزاوية ..... أكبر من ٩٠ درجة وأقل من ١٨٠ درجة أ- الحادة      ب- القائمة      ج- المنفرجة		

### ثانيا : تخير لكل مثلث بالمجموعة ( أ ) ما يناسبة من المجموعة ( ب ) :

م	مثلثات المجموعة ( أ )	العبارات المجموعة ( ب )	مناسبة	غير مناسبة
١		مثلث قائم الزاوية		
٢		مثلث منفرج الزاوية		
٣		مثلث متساوي الساقين		
٤		مثلث متساوي الأضلاع		

**ثالثا : أجب عن العبارات التالية :**

م	العبارات	مناسبة	غير مناسبة
١	ارسم زاوية مقدارها ٩٠ درجة		
٢	ارسم زاوية مقدارها ١٢٠ درجة		
٣	ارسم زاوية مقدارها ٦٠ درجة		
٤	ارسم مثلث متساوي الساقين		
٥	ارسم مثلث قائم الزاوية		
٦	ارسم مثلث حاد الزاوية		
٧	ارسم مثلث منفرج الزاوية		
٨	ارسم مثلث متساوي الأضلاع		
٩	ارسم زاوية مقدارها ٥٥ درجة		
١٠	ارسم زاوية مقدارها ٣٠ درجة		
١١	ارسم زاوية مقدارها ١٦٠ درجة		

**رابعا : أوجد قياسات الزوايا التالية :**

م	العبارات	مناسبة	غير مناسبة
١	الزاوية ( أ ) مقدارها .....		
٢	الزاوية ( ب ) مقدارها .....		
٣	الزاوية ( ج ) مقدارها .....		
٤	الزاوية ( د ) مقدارها .....		
٥	الزاوية ( هـ ) مقدارها .....		
٦	الزاوية ( و ) مقدارها .....		
٧	الزاوية ( ز ) مقدارها .....		
٨	الزاوية ( س ) مقدارها .....		
٩	الزاوية ( ي ) مقدارها .....		

## الاختبار المعرفى فى صورته الثانية

مادة العلوم

أولا : تخير الاجابه الصحيحه من بين القوسين

العبارات	
١- عدد الكواكب .....التي تدور حول الشمس	أ: سبعة ب: ثمانية ج: تسعه
٢- يدور كل كوكب في مدار .....	أ: بيضاوي ب: مستدير ج: مربع
٣- يصدر عن النجم .....	أ: حرارة ب: ضوء وحرارة ج: ضوء
٤- أكبر الكواكب حجما .....	أ: الأرض ب: الزهرة ج: المشتري
٥- مصدر الحرارة علي الأرض .....	أ: القمر ب: النجوم ج: الشمس
٦- تدور الكواكب في .....	أ: مدار ب: مدارين ج: مدارات
٧- تقوم .....	أ: الأرض ب: الكواكب ج: النجوم
٨- الكوكب الذي نعيش عليه ، هو كوكب .....	أ: الأرض ب: الزهرة ج: المشتري
٩- النجوم أجسام .....	أ: معتمة ب: باردة ج: متوهجه
١٠- الشمس نجم .....	أ: صغير ب: صغير جدا ج: متوسط
١١- عدد النجوم في السماء .....	أ: ألف مليون ب: عشرين مليون ج: لا يمكن حصره
١٢- المصدر الرئيسي للحرارة علي سطح الأرض .....	أ: القمر ب: الشمس ج: النجوم
١٣- الكواكب أجسام .....	أ: معتمة ب: باردة ج: متوهجه
١٤- تعتبر الشمس .....	أ- كوكب ب: نجم ج : قمر

١٥- أقرب كوكبين للأرض هما .....	أ: عطارد والزهرة	ب: المريخ والزهرة	ج: المريخ والمشتري
١٦- أقرب كوكب الي الشمس هو .....	أ: الأرض	ب: الزهرة	ج: عطارد
١٧- أصغر كواكب المجموعة الشمسية هو .....	أ: الأرض	ب: بلوتو	ج: عطارد
١٨- كوكب ..... هو ثالث كوكب بعدا عن الشمس	أ: الأرض	ب: الزهرة	ج: المشتري
١٩- كوكب عطارد هو .....	أ: أول	ب: ثاني	ج: رابع

### ثانيا : أكمل العبارات التالية :

م	العبارات
١	كبر جسم فضائي في الشمس هو .....
٢	بعد كوكب من الشمس .....
٣	كبر الكواكب حجما هو .....
٤	دور الكواكب حول الشمس في مدارات .....
٥	لأرض كوكب من تسعة كواكب تدور حول .....
٦	لشمس نجم ذو حجم .....
٧	لنجوم ذاتية .....
٨	لكوكب جسم معتم لا ينبعث منه .....
٩	عدد كواكب المجموعة الشمسية هو .....

### ثالثا : اختر من العمود ( أ ) ما يناسبه من العمود ( ب ) بالتوصيل بينهما

م	العبارات المجموعة ( أ )	عبارات المجموعة ( ب )
١	أقرب الكواكب إلي الشمس	( أ ) عطارد
٢	أبعد الكواكب عن الشمس	( ب ) بلوتو
٣	رابع كواكب المجموعة الشمسية بعدا عن الشمس	( ج ) الأرض
٤	كوكب تتناسب فيه ظروف الحياة	( د ) المريخ

## مادة الدراسات الاجتماعية

أولاً : تخير الاجابه الصحيحة من بين القوسين :

العبارات		
١- النسر الذي يتوسط العلم لونه .....	ب: ذهبي	أ: أحمر
ج: إسود		
٢- يتكون علم مصر من .....	ب: ثلاث ألوان	أ: لونان
ج: أربع ألوان		
٣- المولد النبوي الشريف و عيد الميلاد المجيد ، من الأعياد .....	ب: الاجتماعية	أ: الوطنية
ج: الدينية		
٤- عيد ثوره ٢٣ يوليو ١٩٥٢، من الأعياد .....	ب: الفنية	أ: الدينية
ج: الوطنيه		
٥- يرتبط عيد المحافظة بأهم .....	ب: شخصيه	أ: حدث
ج: عيد ميلاد فرد ما		
٦- عيد الأم من الأعياد .....	ب: الاجتماعية	أ: الوطنية
ج: الدينية		
٧- يعتبر عيد الفطر من الأعياد .....	ب: الفنية	أ: الدينية
ج: الوطنيه		
٨- يتكون علم بلادنا من ثلاثة ألوان ويتوسط الجزء .....	ب: أبيض	أ: أحمر
ج: إسود		
٩- يعتبر عيد السادس من أكتوبر ١٩٧٣م من الأعياد .....	ب: الاجتماعية	أ: الوطنية
ج: الإقتصاديه		
١٠- من مظاهر الاحتفال المحافظات بالأعياد السنوية .....	ب: إقامة الاحتفالات	أ: رفع الأعلام والزينات
ج: كل ماسبق		
١١- يعتبر عيد شم النسيم من الأعياد .....	ب: الفنية	أ: الدينية
ج: الوطنية		
١٢- يوافق عيد الدقهلية ذكرى الانتصار علي ملك فرنسا .....	ب: لويس السادس	أ: لويس الخامس
ج: لويس التاسع		
١٣- يعتبر عيد الجلاء من الأعياد .....	ب: الاجتماعية	أ: الوطنية
ج: الإقتصاديه		
١٤- يعتبر عيد الاضحى من الأعياد .....	ب: الدينية	أ: الشعبيه
ج: الإجتماعيه		
١٥- بالشعار الخاص بمحافظه الدقهلية .....	ب: ترس	أ: مفك
ج: مفك وترس		

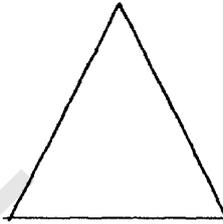
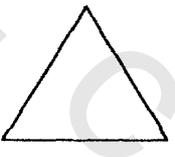
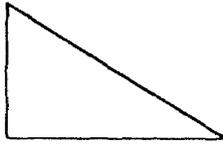


## مادة الرياضيات

**أولاً : تخير الإجابة الصحيحة من بين القوسين :**

م	العبارات
١	قياس الزاوية القائمة يساوي ..... أ- ٨٠ درجة      ب- ٩٠ درجة      ج- ١٠٠ درجة
٢	قياس الزاوية ..... أكبر من صفر وأقل من ٩٠ درجة أ- الحادة      ب- القائمة      ج- المنفرجة
٣	مجموع قياسات زوايا المثلث الداخلية ..... أ- ١٨٠ درجة      ب- ٩٠ درجة      ج- ٣٦٠ درجة
٤	يمكن أن نحدد نوع المثلث بالنسبة ..... أ- لزوایة      ب- لأضلاع      ج- كلاهما

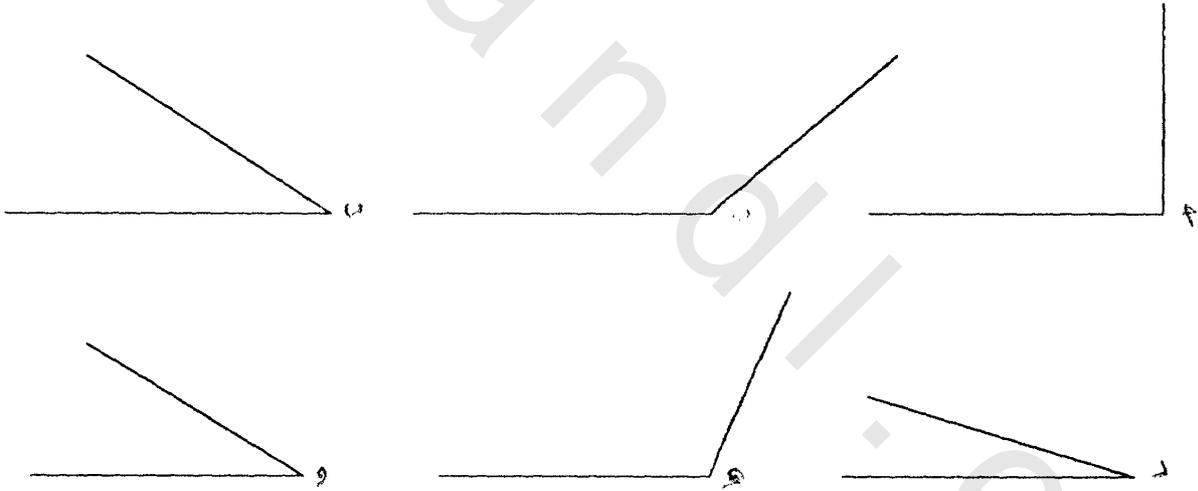
**ثانياً : تخير لكل مثلث بالمجموعة ( أ ) ما يناسبه من المجموعة ( ب ) :**

م	مثلثات المجموعة ( أ )	العبارات المجموعة ( ب )
١		مثلث قائم الزاوية
٢		مثلث منفرج الزاوية
٣		مثلث متساوي الساقين
٤		مثلث متساوي الأضلاع

ثالثا : أجب عن العبارات التالية :

م	العبارات	مناسبة	غير مناسبة
١	ارسم زاوية مقدارها ٩٠ درجة		
٢	ارسم زاوية مقدارها ١٢٠ درجة		
٣	ارسم زاوية مقدارها ٦٠ درجة		
٤	ارسم مثلث متساوي الساقين		
٥	ارسم مثلث قائم الزاوية		
٦	ارسم مثلث حاد الزاوية		
٧	ارسم مثلث منفرج الزاوية		
٨	ارسم مثلث متساوي الأضلاع		

رابعا : أوجد قياسات الزوايا التالية :



م	العبارات	مناسبة	غير مناسبة
١	الزاوية ( أ ) مقدارها .....		
٢	الزاوية ( ب ) مقدارها .....		
٣	الزاوية ( ج ) مقدارها .....		
٤	الزاوية ( د ) مقدارها .....		
٥	الزاوية ( هـ ) مقدارها .....		
٦	الزاوية ( و ) مقدارها .....		

## الاختبار المعرفى فى صورته النهائية

## مادة العلوم

## أولا : تخير الاجابه الصحيحة من بين القوسين

م	العبارات
١	عدد الكواكب ..... التي تدور حول الشمس أ: سبعة ب: ثمانية ج: تسعة
٢	يصدر عن النجم ..... أ: حرارة ب: ضوء وحرارة ج: ضوء
٣	مصدر الحرارة علي الأرض ..... أ: القمر ب: النجوم ج: الشمس
٤	تدور الكواكب في ..... حول الشمس أ: مدار ب: مدارين ج: مدارات
٥	تقوم ..... بعكس الضوء الساقط عليها أ: الأرض ب: الكواكب ج: النجوم
٦	الكوكب الذي نعيش عليه ، هو كوكب ..... أ: الأرض ب: الزهرة ج: المشتري
٧	النجوم أجسام ..... أ: معتمة ب: باردة ج: متوهجه
٨	الشمس نجم ..... أ: صغير ب: صغير جدا ج: متوسط
٩	عدد النجوم في السماء ..... أ: ألف مليون ب: عشرين مليون ج: لا يمكن حصره
١٠	المصدر الرئيسي للحرارة علي سطح الأرض ..... أ: القمر ب: الشمس ج: النجوم
١١	الكواكب أجسام ..... أ: معتمة ب: باردة ج: متوهجه
١٢	تعتبر الشمس ..... أ- كوكب ب: نجم ج : قمر
١٣	أقرب كوكبين للأرض هما ..... أ: عطارد والزهرة ب : المريخ والزهرة ج: المريخ والمشتري
١٤	أقرب كوكب الي الشمس هو ..... أ: الأرض ب : الزهرة ج: عطارد

١٥- أقرب كوكبين للأرض هما .....	أ: عطارد والزهرة ب: المريخ والزهرة ج: المريخ والمشتري
١٦- أقرب كوكب الي الشمس هو .....	أ: الأرض ب: الزهرة ج: عطارد
١٧- أصغر كواكب المجموعة الشمسية هو .....	أ: الأرض ب: بلوتو ج: عطارد
١٨- كوكب ..... هو ثالث كوكب بعدا عن الشمس	أ: الأرض ب: الزهرة ج:المشتري
١٩- كوكب عطارد هو .....	أ: أول ب: ثاني ج: رابع

### ثانيا : أكمل العبارات التالية :

م	العبارات
١	كبر جسم فضائي في الشمس هو .....
٢	بعد كوكب من الشمس .....
٣	كبر الكواكب حجما هو .....
٤	دور الكواكب حول الشمس في مدارات .....
٥	لأرض كوكب من تسعة كواكب تدور حول ..
٦	لشمس نجم ذو حجم .....
٧	لنجوم ذاتية .....
٨	لكوكب جسم معتم لا ينبعث منه .....
٩	عدد كواكب المجموعة الشمسية هو .....

### ثالثا : اختر من العمود ( أ ) ما يناسبه من العمود ( ب ) بالتوصيل بينهما

م	العبارات المجموعة ( أ )	عبارات المجموعة ( ب )
١	أقرب الكواكب إلي الشمس	( أ ) عطارد
٢	أبعد الكواكب عن الشمس	( ب ) بلوتو
٣	رابع كواكب المجموعة الشمسية بعدا عن الشمس	( ج ) الأرض
٤	كوكب تتناسب فيه ظروف الحياة	( د ) المريخ



١٦- الشعار الخاص بمحافظة الدقهلية سنبلتان يدل علي النشاط.....	أ:الصناعي	ب: زراعي	ج:الاقتصادي
١٧- بالشعار الخاص بمحافظة الدقهلية في الوسط يوجد أشعه تنتهي بدوائر تدل علي النشاط .....	أ:الصناعي	ب: زراعي	ج: التوسع في المجال الصناعي الزراعي
١٨- المولد النبوي الشريف يعتبر من الأعياد .....	أ: الدينية	ب:الفنية	ج:الوطنية
١٩- يحتفل أهالي الدقهلية في يوم .....	أ: ٨ فبراير	ب: ٩ فبراير	ج: ١٠ فبراير

ثانيا: تخير لكل لون بالمجموعة (أ) ما يناسبه من المجموعة (ب) :

م	عبارات المجموعة ( أ )	عبارات المجموعة ( ب )
١	اللون الأسود في علم مصر	يشير إلي بذل الجهد والدماء من أجل مصر
٢	اللون الأبيض في علم مصر	يشير إلي السلام والحرية
٣	اللون الأحمر في علم مصر	يشير إلي أن مصر دوله عربيه أصيله
		يشير إلي أن مصر دوله أفريقيه
		يشير إلي الاستعمار والفساد قبل ثوره ١٩٥٢م

ثالثا: أمامك قائمه من الأعياد .أكتب نوع كل عيد بالجدول :

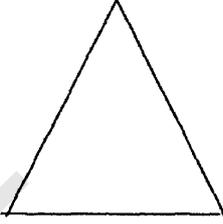
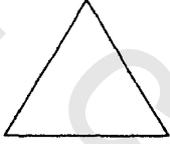
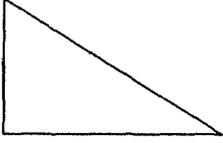
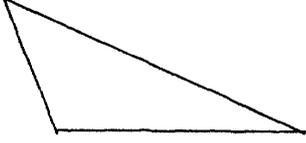
م	العيد	نوعه
١	عيد الجلاء	
٢	عيد رأس السنة الهجرية	
٣	عيد الأم	
٤	شم النسيم	
٥	عيد تحرير سيناء	
٦	المولد النبوي الشريف	
٧	عيد الأضحى المبارك	
٨	عيد العمال	

## مادة الرياضيات

**أولاً : تخير الإجابة الصحيحة من بين القوسين :**

م	العبارات
١	قياس الزاوية القائمة يساوي ..... أ- ٨٠ درجة      ب- ٩٠ درجة      ج- ١٠٠ درجة
٢	قياس الزاوية ..... أكبر من صفر وأقل من ٩٠ درجة أ- الحادة      ب- القائمة      ج- المنفرجة
٣	مجموع قياسات زوايا المثلث الداخلية ..... أ- ١٨٠ درجة      ب- ٩٠ درجة      ج- ٣٦٠ درجة
٤	يمكن أن نحدد نوع المثلث بالنسبة ..... أ- لزاوية      ب- لأضلاع      ج- كلاهما

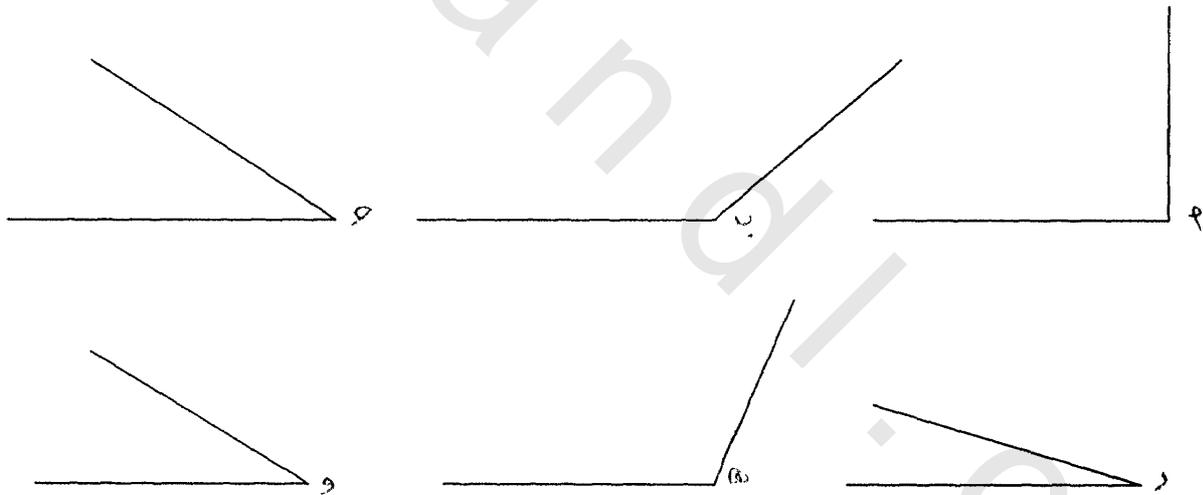
**ثانياً : تخير لكل مثلث بالمجموعة ( أ ) ما يناسبة من المجموعة ( ب ) :**

م	مثلثات المجموعة ( أ )	العبارات المجموعة ( ب )
١		مثلث قائم الزاوية
٢		مثلث منفرج الزاوية
٣		مثلث متساوي الساقين
٤		مثلث متساوي الأضلاع

ثالثا : أجب عن العبارات التالية :

م	العبارات	مناسبة	غير مناسبة
١	ارسم زاوية مقدارها ٩٠ درجة		
٢	ارسم زاوية مقدارها ١٢٠ درجة		
٣	ارسم زاوية مقدارها ٦٠ درجة		
٤	ارسم مثلث متساوي الساقين		
٥	ارسم مثلث قائم الزاوية		
٦	ارسم مثلث حاد الزاوية		
٧	ارسم مثلث منفرج الزاوية		
٨	ارسم مثلث متساوي الأضلاع		

رابعا : أوجد قياسات الزوايا التالية :



م	العبارات	مناسبة	غير مناسبة
١	الزاوية ( أ ) مقدارها .....		
٢	الزاوية ( ب ) مقدارها .....		
٣	الزاوية ( ج ) مقدارها .....		
٤	الزاوية ( د ) مقدارها .....		
٥	الزاوية ( هـ ) مقدارها .....		
٦	الزاوية ( و ) مقدارها .....		

## مرفق (٦)

أسماء الخبراء في المواد الدراسية قيد البحث

أسماء الخبراء في مادة الدراسات الاجتماعية

م	اسم الخبير	الدرجة الوظيفية
١	ابو زيد سلامة	موجه دراسات اجتماعية
٢	احمد السيد ابو بكر	مدرس دراسات اجتماعية
٣	السيد الباز حسن عقل	مدرس دراسات اجتماعية
٤	رضا محمود محمد السيد	موجه دراسات اجتماعية
٥	صحرا ابراهيم محمد	مدرسة دراسات اجتماعية
٦	فاطمة ابراهيم العطار	مدرسة دراسات اجتماعية
٧	فتحي الشربيني علي	مدرس دراسات اجتماعية
٨	لمياء حلمي محمود	مدرسه دراسات اجتماعية
٩	مصطفى السعيد المرسي	مدرس دراسات اجتماعية
١٠	منصور السيد محمد	مدرس دراسات اجتماعية

أسماء الخبراء في مادة العلوم

م	اسم الخبير	الدرجة الوظيفية
١	السعيد عبد الصمد	موجة علوم
٢	امل محمد عامر	مدرسه علوم
٣	بكر عبد السميع	موجة علوم
٤	توفيق احمد عبدة	مدرس علوم
٥	حمزة عبد القادر	موجة علوم
٦	محمد فتحي بدران	موجة علوم
٧	ناصر رمضان جلال	مدرس علوم
٨	يسري محمد ربيع	موجة اول علوم

أسماء الخبراء في مادة الرياضيات

م	اسم الخبير	الدرجة الوظيفية
١	احمد عبد الحميد	مدرس رياضيات
٢	المتولي حسن الشربيني	مدرس رياضيات
٣	رضا عبد الهادي	موجه رياضيات
٤	صيري محمد ابراهيم	موجة رياضيات
٥	عبد الله محمد	موجة رياضيات
٦	محمد ابراهيم العطار	موجة رياضيات
٧	ياسر عبد الحي يوسف	مدرس رياضيات

تم ترتيب الاسماء ابجديا

مرفق (٧)

العرض الرياضى

أولاً : عرض مادة العلوم

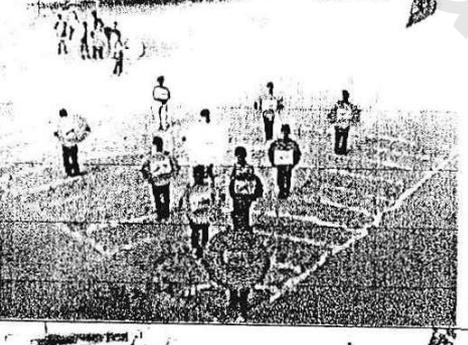
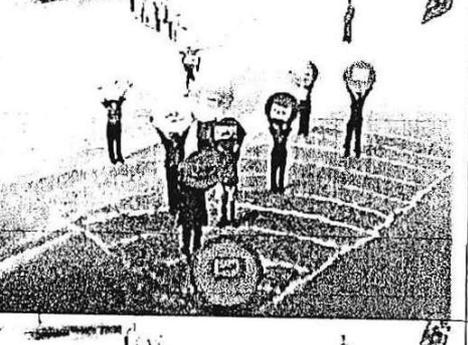
ثانياً : عرض مادة الدراسات

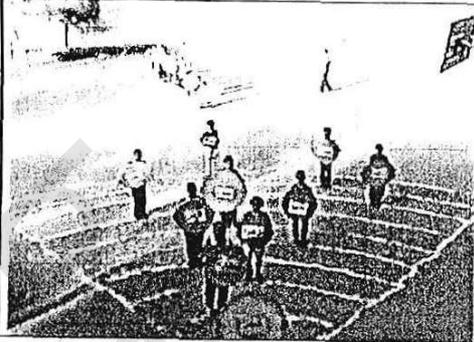
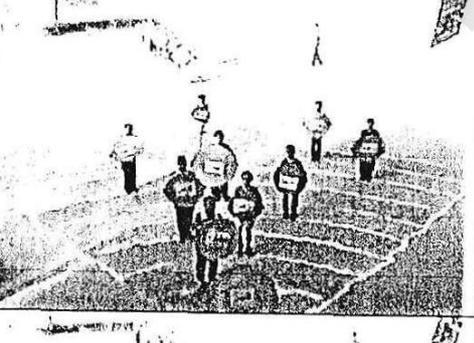
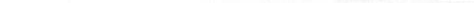
ثالثاً : عرض مادة الرياضيات

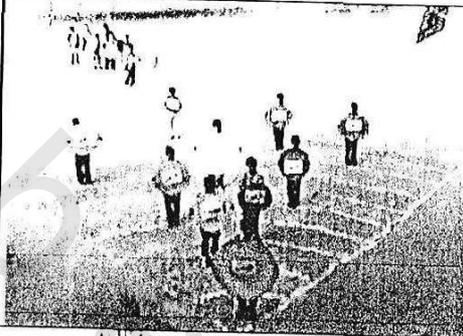
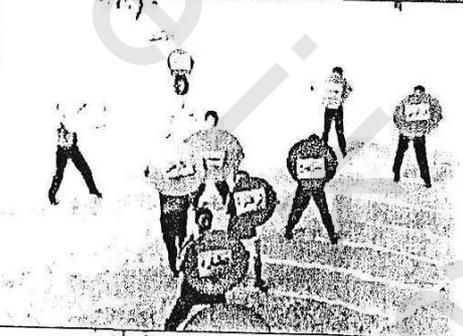
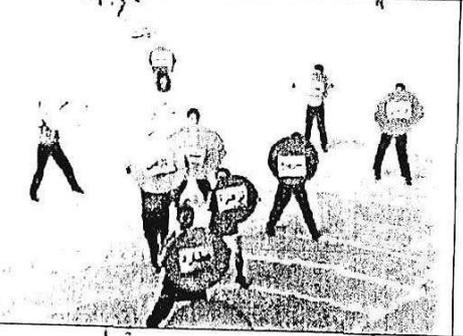
## عرض مادة العلوم ( الوحدة الثالثة )

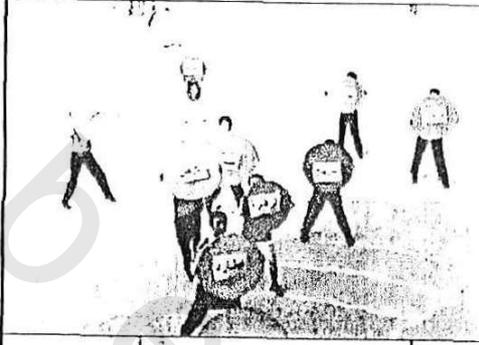
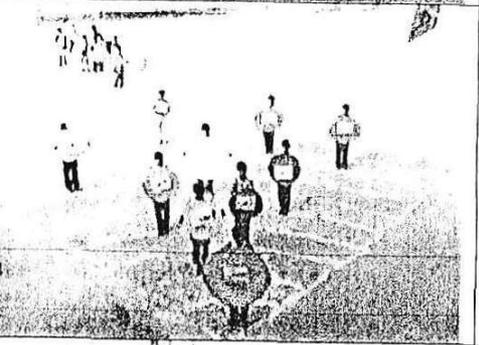
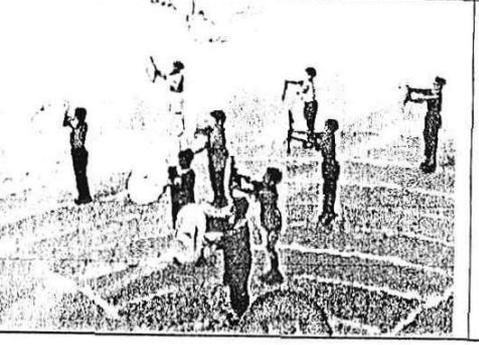
الدخول : من المشي يدخل التلاميذ إلى أرض الملعب مع تلاوة آية قرآنية ثم إلقاء معلومات عن المجموعة الشمسية .  
الجزء الرئيسي

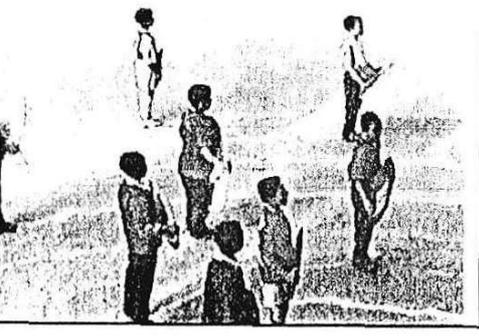
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	( وقوف . مسك الأداة أمام الفخذين )		الأول
	مرجحة الذراعين جانبا للجهة اليمنى مع عمل ارتداد	١	
	ثبات	٢	
	مرجحة الذراعين جانبا للجهة اليسرى مع عمل ارتداد	٣	
	ثبات	٤	
	تكرار العدة ( ٢ ، ١ ) علي التوالي	٦، ٥	

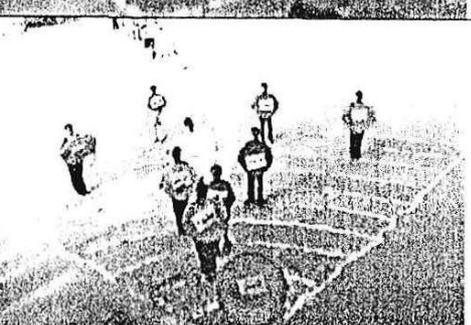
التمرين	العدات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
	٨ ، ٧	تكرار العدة ( ٣ ، ٤ ) علي التوالي	
	٨ : ١	تكرار ال ٨ عدات السابقة	
	٨ : ١	( وقوف . مسك الأداة جانبا للجهة اليسري ) خفض الأداة أمام الفخذين مع المشي منتظم في المكان	
الثاني		( وقوف . مسك الأداة أمام الفخذين )	
	١	رفع الأداة عاليا	
	٤ : ٢	ثبات	
	١	رفع الأداة عاليا	
	٢	ثبات	

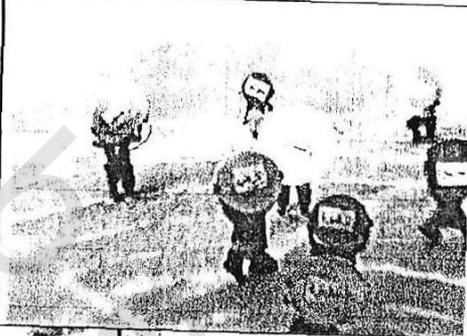
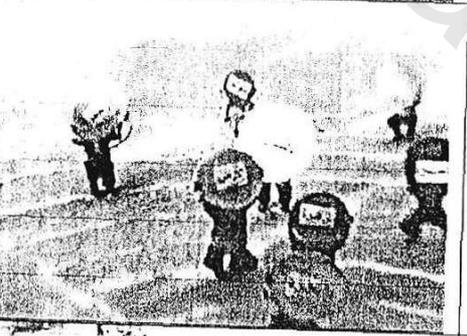
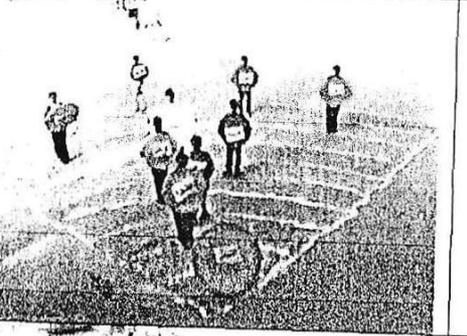
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	خفض الأداة أمام الفخدين ثبات	٣ ٤ ٦،٥ ٨،٧	
	رفع الأداة عاليا	١	
	خفض الأداة أمام الفخدين	٢	
	رفع الأداة عاليا خفض الأداة أمام الفخدين تكرار العدة ١، ٢، ٣، ٤ علي التوالي	٣ ٤ ٦،٥ ٨،٧	
	تكرار ال ٨ عدات السابقة	٨ : ١	
	المشي منتظم في المكان	٨ : ١	

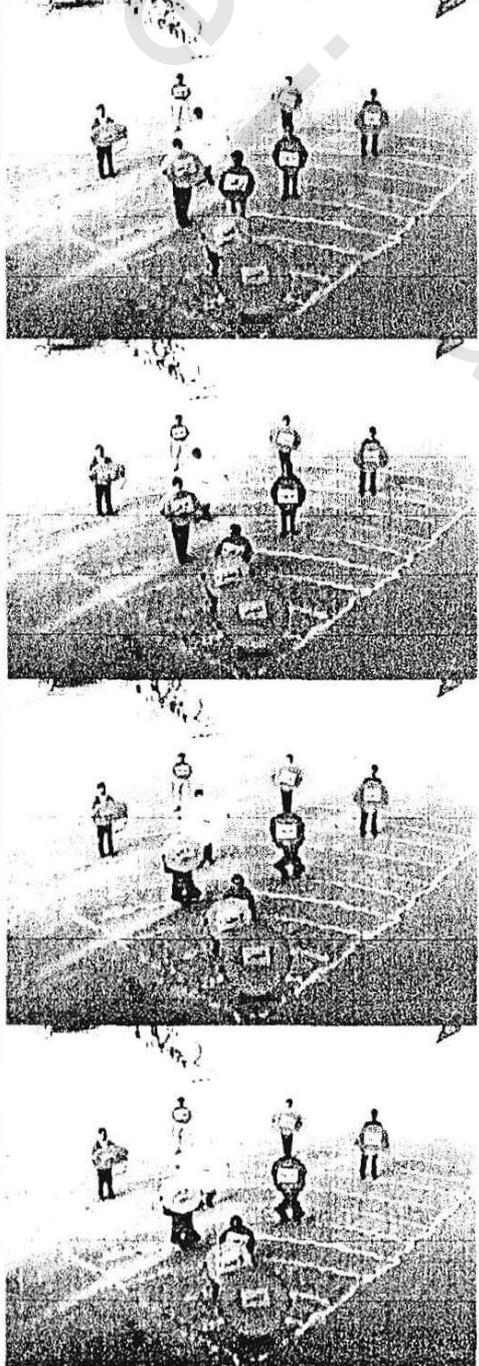
التمرين	العدات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
الثالث		( وقوف . مسك الأداة أمام الفخذين )	
	١	تحريك القدم اليسري جانبا مع رفع الأداة أماما	
	٢	ثبات	
	٣	تحريك القدم اليمني جانبا للجهة اليسري لضم القدمين مع خفض الأداة أمام الفخذين	
	٤	ثبات	
	٦، ٥	تكرار العدة ١ ، ٢ علي التوالي	
	٨ : ٧	تكرار العدة ٣ ، ٤ علي التوالي	

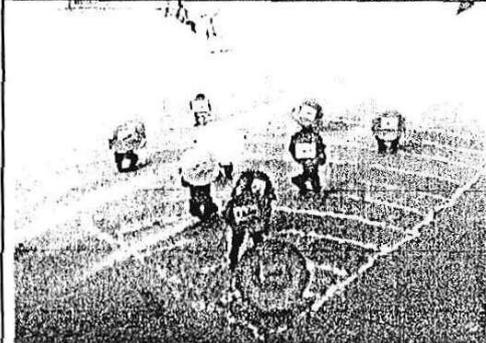
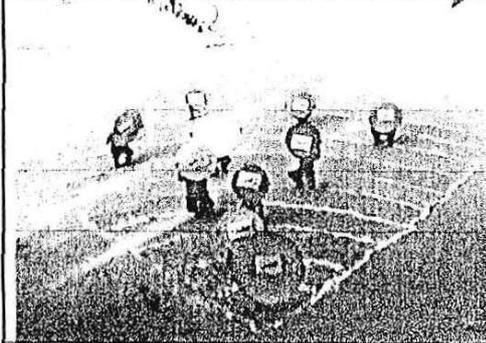
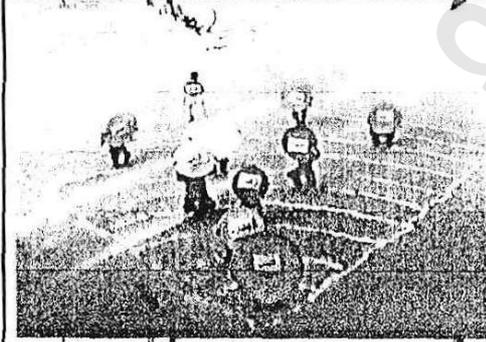
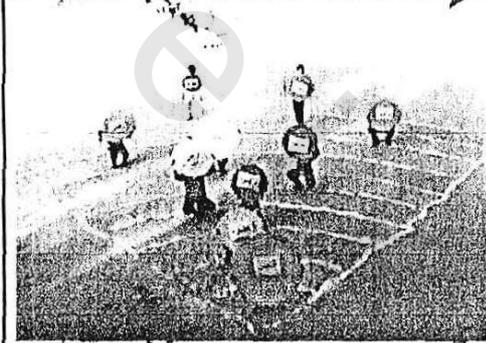
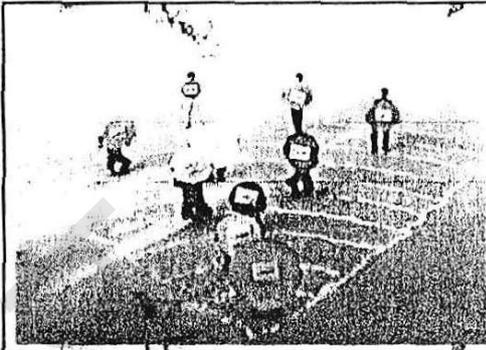
التمرين	الاعدات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
	١	تحريك القدم اليمني جانبا مع رفع الأداة أماما	
	٢	ثبات	
	٣	تحريك القدم اليسري جانبا للجهة اليمني لضم القدمين مع خفض الأداة أمام الفخذين	
	٤	ثبات	
	٦، ٥	تكرار العدة ١ ، ٢	
	٨، ٧	تكرار العدة ٣ ، ٤	
	٨ : ١	المشي المنتظم في المكان	
الرابع		(وقوف . مسك الأداة أمام الفخذين )	
	١	الوثب والدوران ربع لفة للجهة اليمني حول المحور الطولي للجسم مع رفع الأداة أماما	
	٢	ثبات	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدات	التمرين
	خفض الأداة أسفل أمام الفخذين	٣	
	ثبات	٤	
	تكرار العدة ١ ، ٢	٦ ، ٥	
	تكرار العدة ٣ ، ٤	٨ ، ٧	
	الوثب و الدوران ربع لفة للجهة اليمني حول المحور الطولي للجسم مع رفع الأداة أماما	١	
	ثبات	٢	
	خفض الأداة أسفل أمام الفخذين	٣	
	ثبات	٤	

التمرين	العدادات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
	٦ ، ٥	تكرار العدة ١ ، ٢	
	٨ ، ٧	تكرار العدة ٣ ، ٤	
الخامس	٨ : ١	رفع الركبتين في المكان (وقوف . مسك الأداة أمام الفخذين )	
	١	ثني الركبتين كاملا مع رفع الأداة عاليا	
	٤ : ٢	ثبات	
	٥	مد الركبتين كاملا مع خفض الأداة أسفل أمام الفخذين	
	٨ : ٦	ثبات	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	ثني الركبتين كاملا مع رفع الأداة عاليا	١	
	ثبات	٢	
	مد الركبتين كاملا مع خفض الأداة أسفل أمام الفخذين	٣	
	ثبات	٤	
	ثني الركبتين كاملا مع رفع الأداة عاليا	٥	
	ثبات	٦	
	مد الركبتين كاملا مع خفض الأداة أسفل أمام الفخذين	٧	
	ثبات	٨	
	تكرار ال ٨ عدات السابقة	٨ : ١	
	رفع الركبتين في المكان	٨ : ١	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	<p>(وقوف . مسك الأداة أمام الفخذين )</p>		السادس
	<p>موجه تني الركبتين كاملا مع رفع الأداة أماما</p>	٨ : ١	

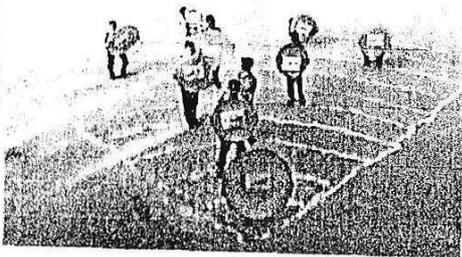
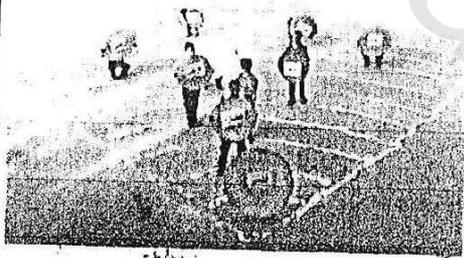
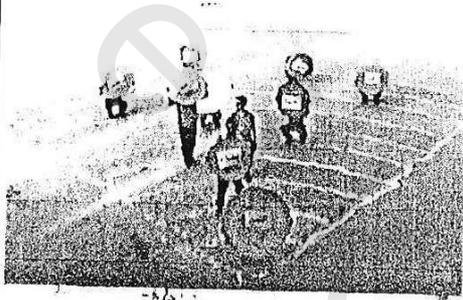
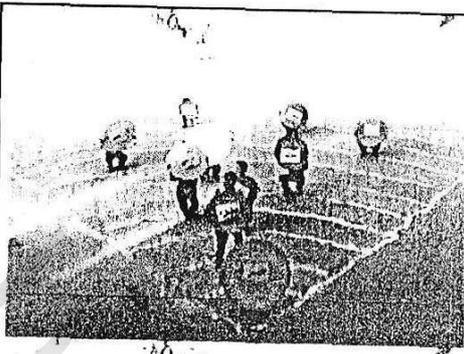


الكوكب بلوتو تتي الركبتين  
كاملا مع رفع الأداة اماما

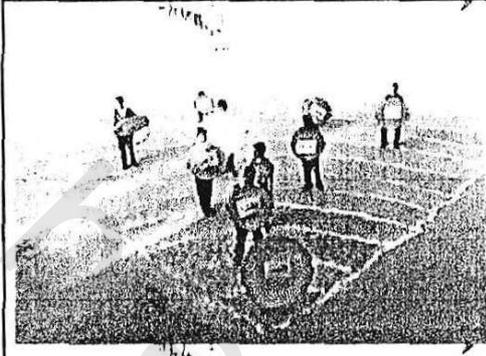
ثبات في المكان ٨ : ٢

موجه مد الركبتين كاملا مع  
خفض الأداة أسفل أمام الفخذين

٨ : ١



--	--	--	--



الكوكب بلوتو مد الركبتين  
كاملا مع خفض الأداة أسفل أمام  
الفخذين

١



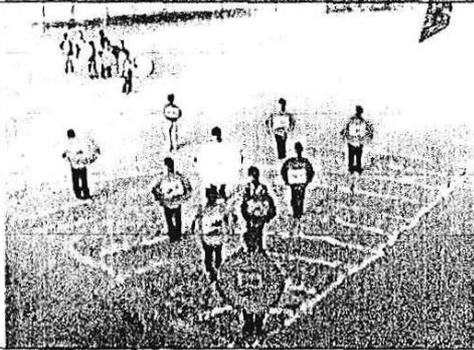
ثبات في المكان

٨ : ٢



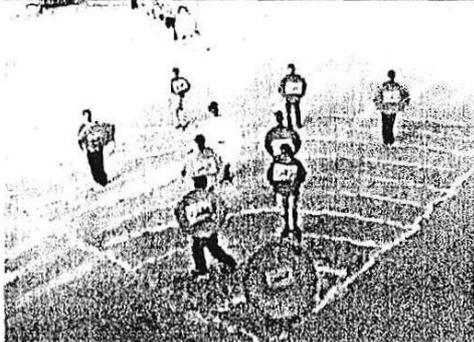
( وقوف . مسك الأداة أمام  
الفخذين )

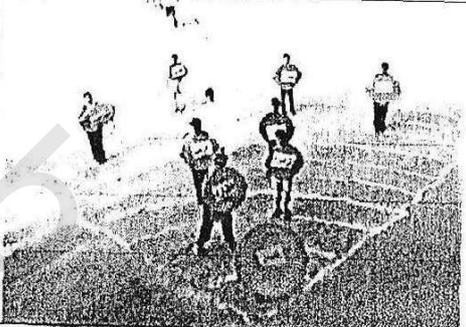
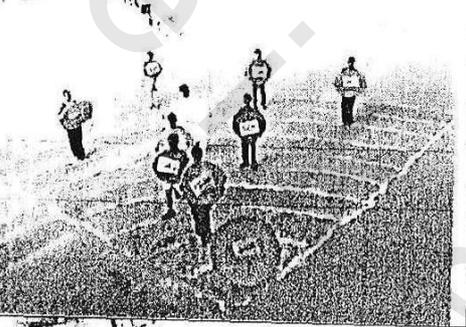
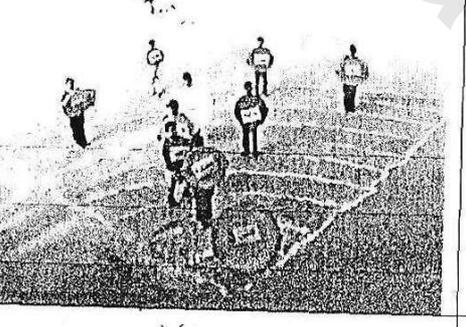
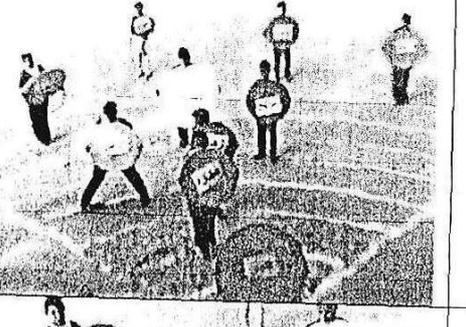
السابع



مشي التلميذ عطار د جانبا جهة  
الييمين في مدارة ( ٤ ) خطوات

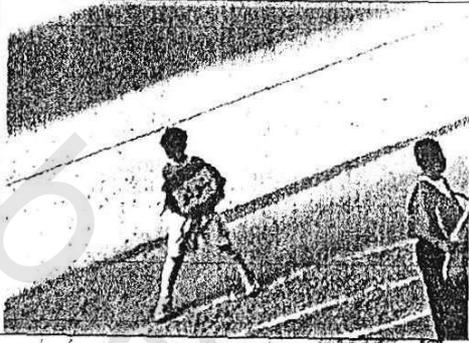
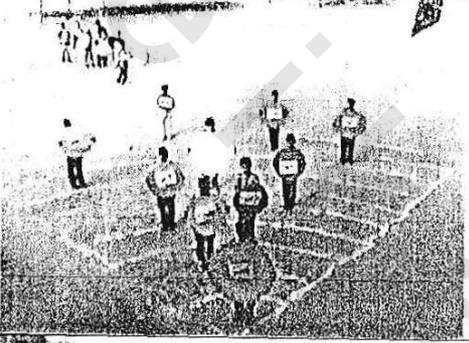
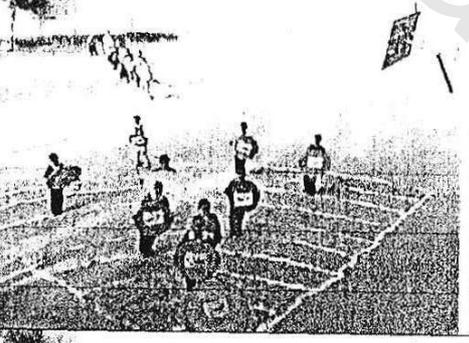
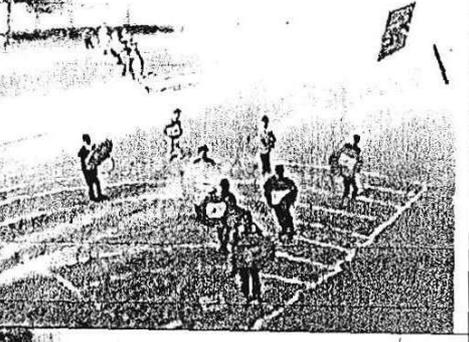
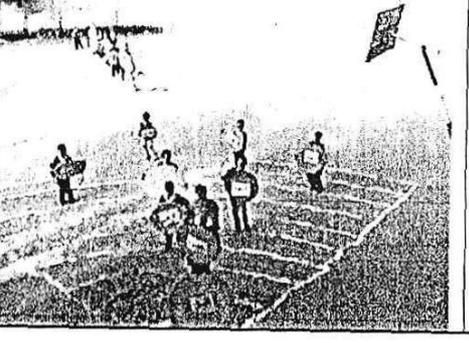
٤ : ١

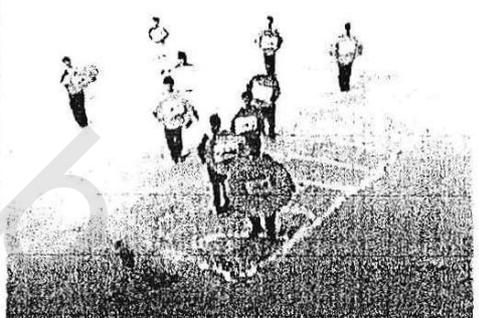
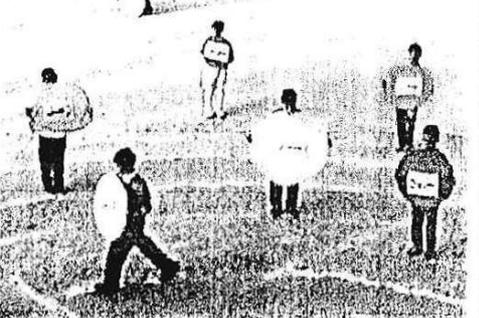


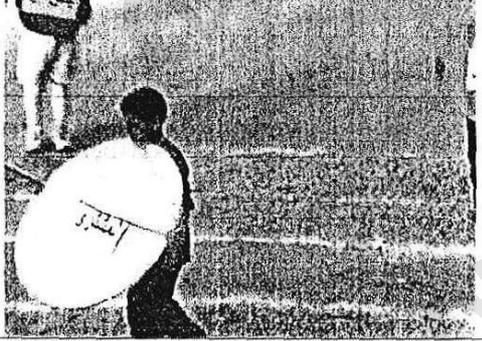
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	<p>مشي التلميذ عطار جانباً جهة اليسري في مدارة ( ٤ ) خطوات</p>	٨ : ٥	
	<p>مشي التلميذ الزهرة جانباً جهة اليمين في مدارة ( ٤ ) خطوات</p>	٤ : ١	
	<p>مشي التلميذ الزهرة جانباً جهة اليسري في مدارة ( ٤ ) خطوات</p>	٨ : ٥	
	<p>خطو تلميذ الأرض جانباً جهة اليمين في مدارة ( ٤ ) خطوات</p>	٤ : ١	
	<p>مشي التلميذ الأرض جانباً جهة اليسري في مدارة ( ٤ ) خطوات</p>	٨ : ٥	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	<p>مشي التلميذ المريح جانبا جهة اليمين في مدارة ( ٤ ) خطوات</p>	٤ : ١	
	<p>مشي التلميذ المريح جانبا جهة اليسري في مدارة ( ٤ ) خطوات</p>	٨ : ٥	
	<p>مشي التلميذ المشتري جانبا جهة اليمين في مدارة ( ٨ ) خطوات</p>	٨ : ١	
	<p>مشي التلميذ المشتري جانبا جهة اليسري في مدارة ( ٨ ) خطوات</p>	٨ : ١	
	<p>مشي التلميذ زحل جانبا جهة اليمين في مدارة ( ٨ ) خطوات</p>	٨ : ١	

رسم التمرين و التشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	<p>مشي التلميذ زحل جانبا جهة اليسري في مدارة ( ٨ ) خطوات</p>	٨ : ١	
	<p>مشي التلميذ أورانوس جانبا جهة اليمين في مدارة ( ١٦ ) خطوات</p>	١٦ : ١	
	<p>مشي التلميذ أورانوس جانبا جهة اليسري في مدارة ( ١٦ ) خطوات</p>	١٦ : ١	
	<p>مشي التلميذ نبتون جانبا جهة اليمين في مدارة ( ١٦ ) خطوات</p>	١٦ : ١	
	<p>مشي التلميذ نبتون جانبا جهة اليسري في مدارة ( ١٦ ) خطوات</p>	١٦ : ١	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	خطو التلميذ بلوتو جانبا جهة اليمين في مدارة ( ١٦ ) خطوات	١٦ : ١	
	رفع الركبتين في المكان	٨ : ١	
	( وقوف . مسك الأداة أمام الفخذين )		الثامن
	الوثب بالقدمين معا جانبا جهة اليسار	١	
	ثبات	٢	
	الوثب بالقدمين معا جانبا جهة اليسار	٣	
	ثبات	٤	
	الوثب بالقدمين معا جانبا جهة اليمين	٥	
	ثبات	٦	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدات	التمرين
	<p>الوثب بالقدمين معا جانبا جهة اليمين</p> <p>ثبات</p> <p>تكرار ال ٨ عداات السابقة علي التوالي</p>	<p>٧</p> <p>٨</p> <p>٨ : ١</p>	
	<p>(وقوف) الدوران و الخروج الشمس</p> <p>و التسع كواكب بالمشي المنتظم علي التوالي</p>		الخروج
			
			
			

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدات	التمرين
			
			
			
			
			

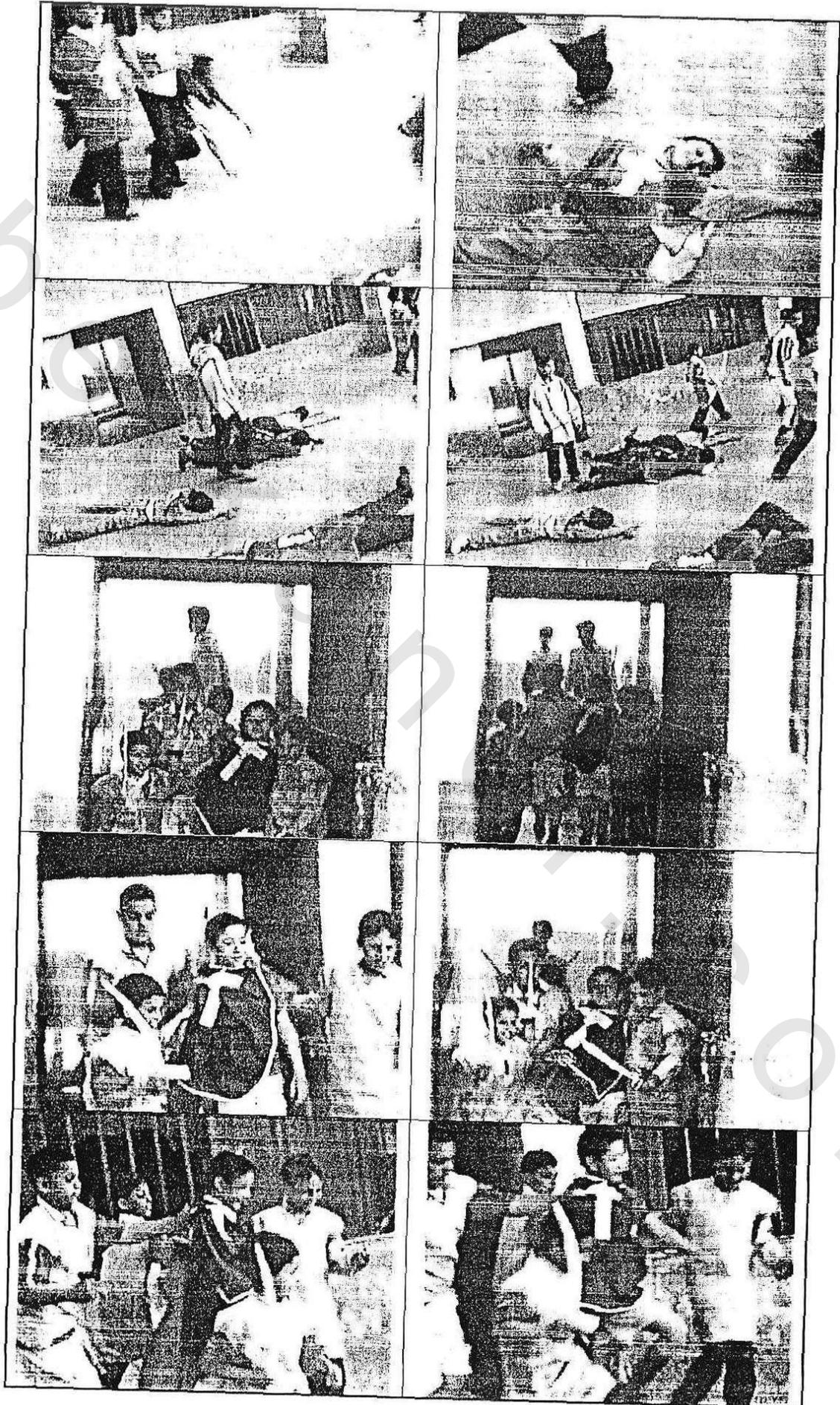
٢٠/٧

ثانياً

عرض وحدة الدراسات

# القصة الحركية لأسر لويس التاسع



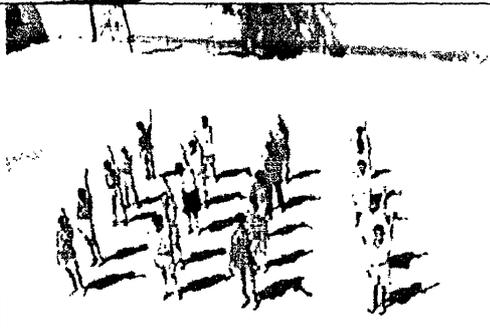


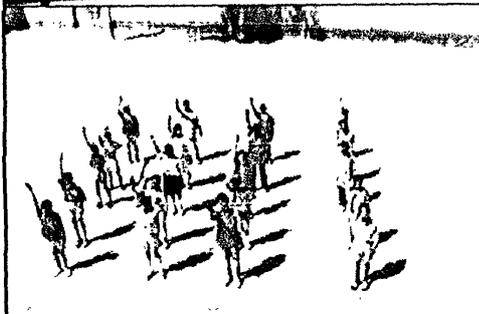


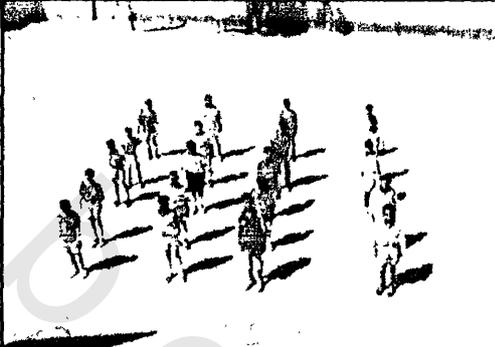
## عرض مادة الدراسات الاجتماعية (الوحدة الثالثة)

الدخول: يدخل التلاميذ إلى أرض الملعب علي شكل حرف ( U )

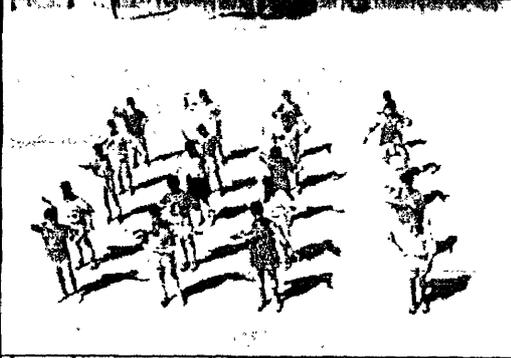
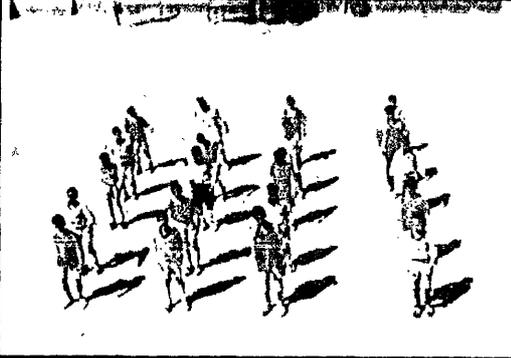
الجزء الرئيسي

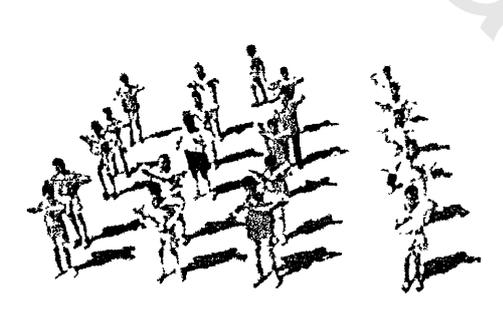
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدات	التمرين
	(وقوف)		الأول
	رفع الذراع الأيسر أماما	١	
	رفع الذراع الأيسر عاليا	٢	
	خفض الذراع الأيسر جانبا	٣	

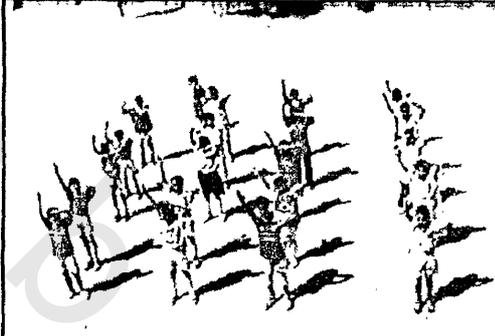
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدّات	التمرين
	<p>خفض الذراع الأيسر أسفل</p> <p>تكرار العدة ١، ٢، ٣، ٤ علي التوالي</p>	<p>٤</p> <p>٥</p> <p>٧، ٨، ٦،</p>	
	<p>رفع الذراع الأيمن أماما</p>	<p>١</p>	
	<p>رفع الذراع الأيمن عاليا</p>	<p>٢</p>	
	<p>خفض الذراع الأيمن جانبا</p>	<p>٣</p>	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	خفض الذراع الأيمن أسفل	٤	
	تكرار العدة ١، ٢، ٣، ٤ علي التوالي	٦، ٥ ٨، ٧	
	(وقوف) رفع الذراعين أماما	١	الثاني
	رفع الذراعين عاليا	٢	
	خفض الذراعين جانبا	٣	
	خفض الذراعين أسفل	٤	
	تكرار العدة ١، ٢، ٣، ٤ علي التوالي	٦، ٥ ٨، ٧	

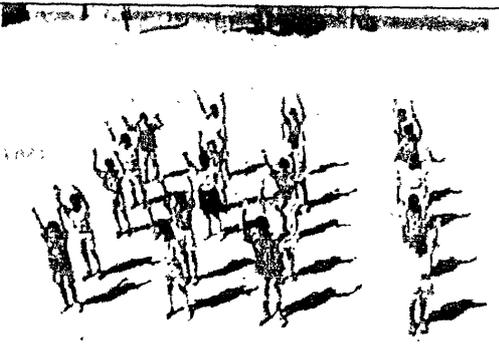
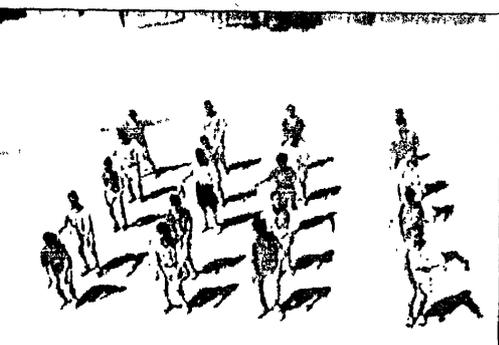
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدات	التمرين
	<p>تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء</p> <p>رفع الركبتين في المكان</p>	<p>٨ : ١</p> <p>٨ : ١</p>	
	<p>(وقوف)</p> <p>ثني المرفق الأيسر عرضا</p>	<p>١</p>	الثالث
	<p>ثني المرفق الأيمن عرضا</p>	<p>٢</p>	
	<p>مد المرفق الأيسر جانبا</p>	<p>٣</p>	

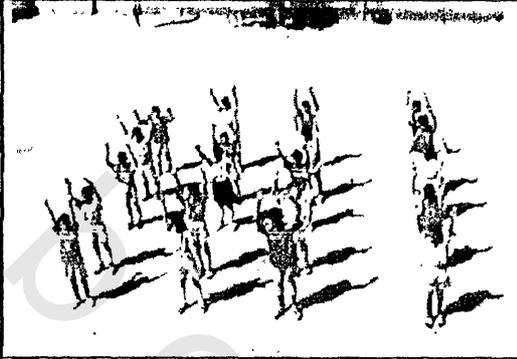
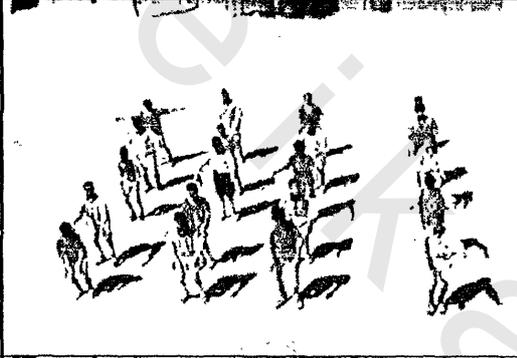
التمرين	العدادات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
	٤	مد المرفق الأيمن جانبا	
	٥	ثني المرفق الأيسر عرضا	
	٦	ثني المرفق الأيمن عرضا	
	٧	مد المرفق الأيسر أسفل	
	٨	مد المرفق الأيمن أسفل	
	٨ : ١	تكرار العدة ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ علي التوالي	

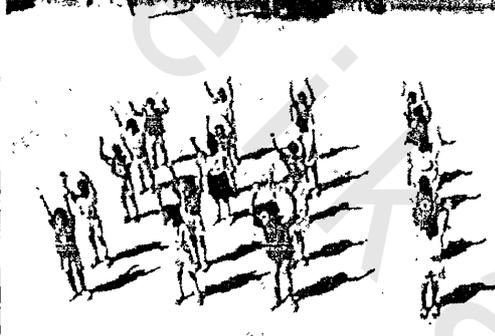
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	<p>تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء</p>	٨ : ١	
	<p>(وقوف) رفع الركبتين في المكان ثني المرفق الأيسر عرضا</p>	٨ : ١ ١	الرابع
	<p>ثني المرفق الأيمن عرضا</p>	٢	
	<p>مد المرفق الأيسر عاليا</p>	٣	
	<p>مد المرفق الأيمن عاليا</p>	٤	

التمرين	العدادات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
	٥	ثني المرفق الأيسر عرضا	
	٦	ثني المرفق الأيمن عرضا	
	٧	مد المرفق الأيسر أسفل	
	٨	مد المرفق الأيمن أسفل	
	٨ : ١	تكرار العدة ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ علي التوالي	
	٨ : ١	تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء	

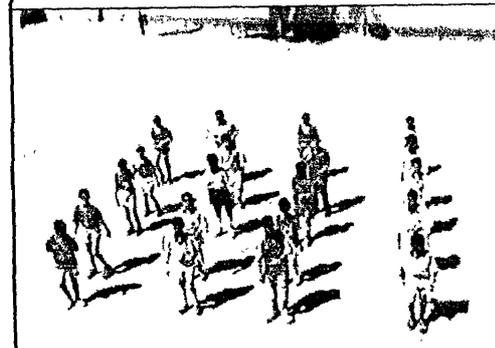
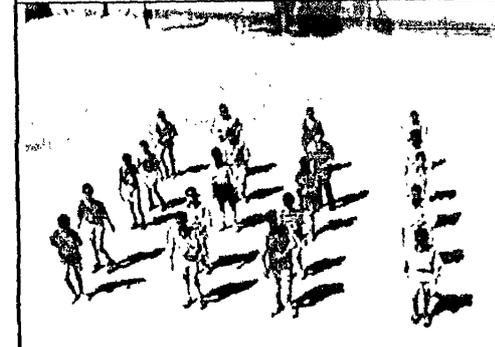
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	رفع الركبتين في المكان	٨ : ١	
	(وقوف) ثني الركبتين نصفاً مع التصفيق مرة واحدة علي المسطح الأمامي للفخذين	١	الخامس
	مد الركبتين مع رفع الذراعين عالياً	٢ ، ٣ ، ٤	
	ثني الركبتين نصفاً مع التصفيق مرة واحدة علي المسطح الأمامي للفخذين	٥	
	مد الركبتين مع رفع الذراعين عالياً	٦ ، ٧ ، ٨	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	ثني الركبتين نصفاً مع التصفيق مرتين علي المسطح الأمامي للفخذين	٢ ، ١	
	مد الركبتين مع رفع الذراعين عالياً	٤ ، ٣	
	ثني الركبتين نصفاً مع التصفيق مرتين علي المسطح الأمامي للفخذين	٦ ، ٥	
	مد الركبتين مع رفع الذراعين عالياً	٨ ، ٧	
	ثني الركبتين نصفاً مع التصفيق مرة واحدة علي المسطح الأمامي للفخذين	١	

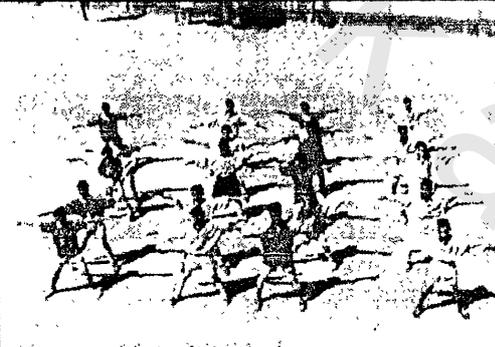
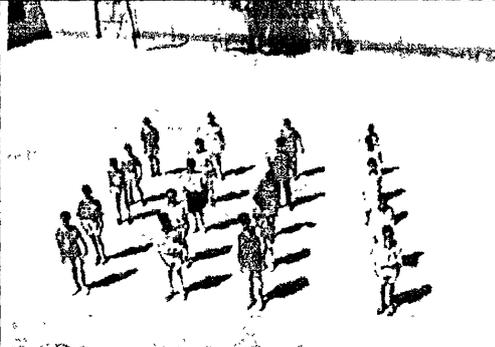
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	مد الركبتين مع رفع الذراعين عاليا	٢	
	ثني الركبتين نصفاً مع التصفيق مرة واحدة علي المسطح الأمامي للفخذين	٣	
	مد الركبتين مع رفع الذراعين عاليا	٤	
	ثني الركبتين نصفاً مع التصفيق مرة واحدة علي المسطح الأمامي للفخذين	٥	
	مد الركبتين مع رفع الذراعين عاليا	٦	

التمرين	العدات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
	٧	ثني الركبتين نصفاً مع التصفيق مرة واحدة علي المسطح الأمامي للفخذين	
	٨	مرجحة الذراعين جانبا عاليا للتصفيق	
	٨ : ١	تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء	
	٨ : ١	رفع الركبتين في المكان	
السادس	١	(الوقوف) الطعن جانبا جهة اليسار ولفث الجذع جهة اليسار مع مرجحة الذراعين جانبا عاليا للتصفيق	

التمرين	العدات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
	٢	مرجحه الذراعين جانبا مائلا داخلا أسفل للتصفيق	
	٣	مرجحة الذراعين جانبا عاليا للتصفيق	
	٤ ٥ ٦ ٧ ٨	تكرار العدة ٢ تكرار العدة ٣ تكرار العدة ٤ تكرار العدة ٣ تكرار العدة ٢	
	١	مد الركبتين وضم القدمين للقوف مع لفت الجذع أماما وخفض الذراعين أسفل	
	٨ : ٢	رفع الركبتين في المكان	

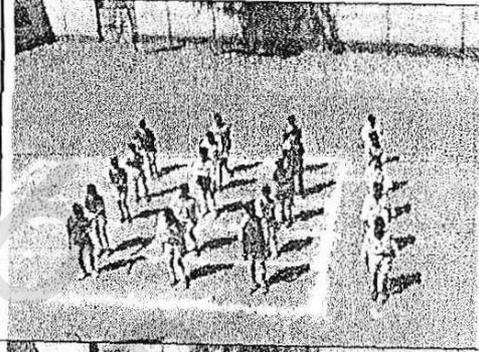
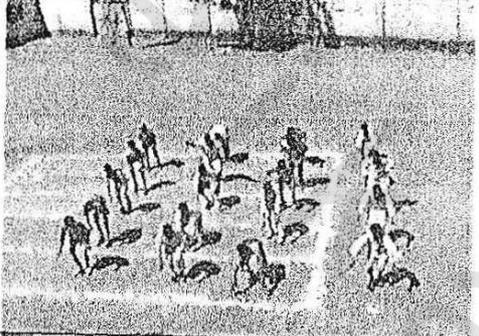
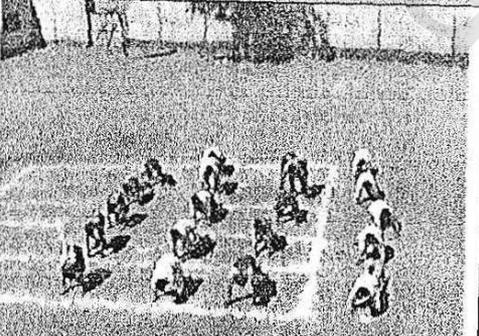
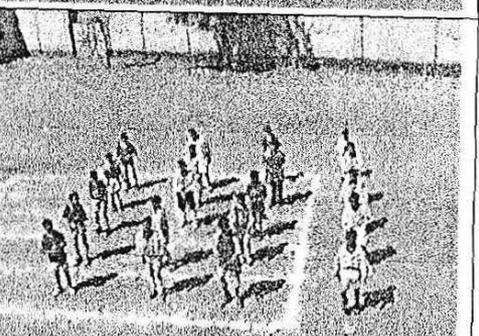
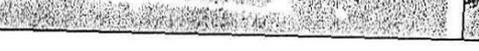
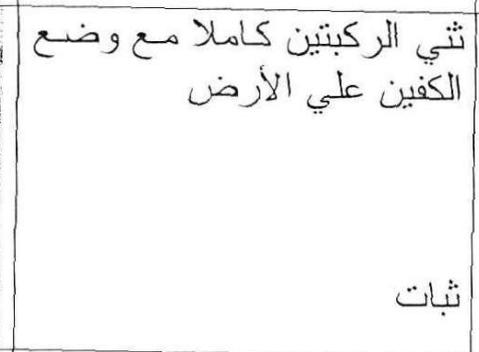
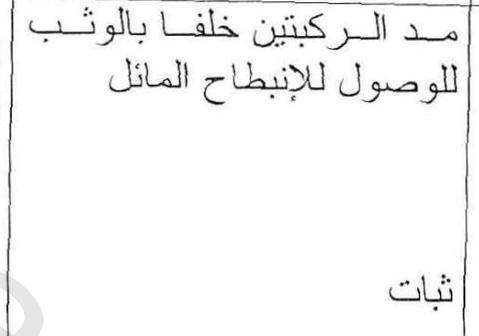
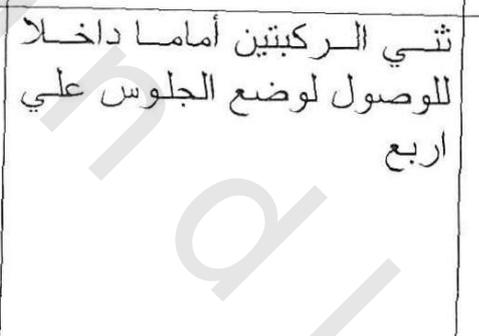
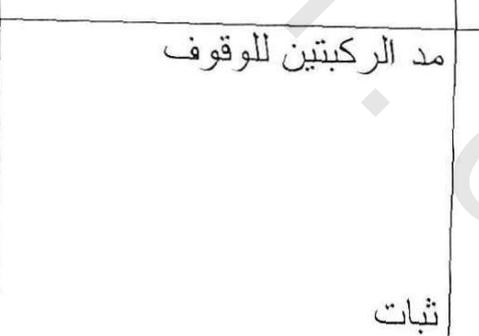
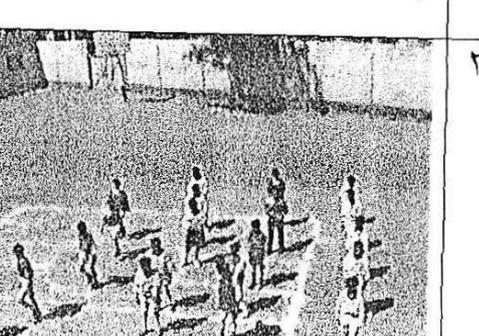
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	مرجحه الذراعين جانبا مائلا داخلا أسفل للتصفيق	٢	
	مرجحة الذراعين جانبا عاليا للتصفيق	٣	
	تكرار العدة ٢ تكرار العدة ٣ تكرار العدة ٤ تكرار العدة ٣ تكرار العدة ٢	٤ ٥ ٦ ٧ ٨	
	مد الركبتين وضم القدمين للقوف مع لفت الجذع أماما وخفض الذراعين أسفل	١	
	رفع الركبتين في المكان	٨ : ٢	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء	٨ : ١	
	(وقوف) الوثب فتحا مع رفع الذراعين جانبا ثبات	١ ٢	الثامن
	ضم القدمين بالوثب مع خفض الذراعين اسفلا ثبات تكرار العدتين ١، ٢ علي التوالي تكرار العدتين ٣، ٤ علي التوالي تكرار العدات السابقة علي التوالي	٣ ٤ ٦، ٥ ٨، ٧ ٨ : ١	
	تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء	٨ : ١	
	(وقوف) تحريك القدم اليسري جانبا مع رفع الذراعين جانبا ثبات	١ ٢	التاسع

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	تحريك القدم اليمني جانبا جهة اليسار لضم القدمين مع خفض الذراعين اسفل للوقوف ثبات تكرار العدتين ١ ، ٢ علي التوالي تكرار العدتين ٣ ، ٤ علي التوالي	٣ ٤ ٦ ، ٥ ٨ ، ٧	
	تحريك القدم اليمني جانبا مع رفع الذراعين جانبا ثبات	١ ٢	
	تحريك القدم اليسري جانبا جهة اليمين لضم القدمين مع خفض الذراعين اسفل للوقوف ثبات تكرار العدتين ١ ، ٢ علي التوالي تكرار العدتين ٣ ، ٤ علي التوالي	٣ ٤ ٦ ، ٥ ٨ ، ٧	
	تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء رفع الركبتين في المكان	٨ : ١ ٨ : ١	
	التصفيق باليدين علي السطح الجانبي للفخذين	١	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	الوثب فتحا مع رفع الذراعين مائلا جانبا عاليا	٢ ٤ ، ٣ ٥ ٦ ، ٧ ، ٨	ثبات تكرار العدة ١ تكرار العدة ٢ ، ٣ ، ٤
	خفض الذراعين اسفل للتصفيق مرتين علي السطح الجانبى للفخذين رفع الذراعين جانبا	٢ ، ١ ٣ ٤ ٦ ، ٥ ٨ ، ٧	ثبات تكرار العدتين ١ ، ٢ تكرار العدتين ٣ ، ٤
	خفض الذراعين اسفل للتصفيق مرة واحدة علي السطح الجانبى للفخذين رفع الذراعين مائلا جانبا عاليا	١ ٣ ، ٢ ٤ ، ٥ ٦ ، ٧ ، ٨	تكرار العدة ١ تكرار العدة ٢ ، ٣ ، ٤
	خفض الذراعين اسفل للتصفيق مرتين علي السطح الجانبى للفخذين	٢ ، ١	
	رفع الذراعين مائلا جانبا عاليا ثبات	٣ ٤ ٦ ، ٥ ٨ ، ٧	تكرار العدتين ١ ، ٢ تكرار العدتين ٣ ، ٤

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء	٨ : ١	
	ثني المرفق الأيسر عرضا ثني المرفق الأيمن عرضا مد المرفق الأيسر جانبا مد المرفق الأيمن جانبا تحريك الذراعين أماما للتصفيق تحريك الذراعين جانبا تحريك الذراعين أماما للتصفيق خفض الذراعين أسفل تكرار ال ٨ عدات السابقة علي التوالي	١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ ٨ ٨ : ١	
	تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء	٨ : ١	
	ثني الركبتين نصفًا مع التصفيق مرتين علي المسطح الامامي للفخذين مد الركبتين مع التصفيق مرتين علي الصدر تكرار العدتين ١ ، ٢ تكرار العدتين ٣ ، ٤ تكرار عدات السابقة علي التوالي	٢ ، ١ ٤ ، ٣ ٦ ، ٥ ٨ ، ٧ ٨ : ١	
	تبديل الأرقام الزوجية في القطارات الحمراء مع الأرقام الزوجية في القطارات البيضاء رفع الركبتين في المكان	٨ : ١ ٨ : ١	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	ثني الركبتين كاملا مع وضع الكفين علي الأرض	١	
	ثبات	٢	
	مد الركبتين خلفا بالوثب للوصول للإنبطاح المائل	٣	
	ثبات	٤	
	ثني الركبتين أماما داخلا للوصول لوضع الجلوس علي اربع	٥	
	مد الركبتين للوقوف	٧	
	ثبات	٨	
		٣٢ : ١	الخروج
			
			
			
			

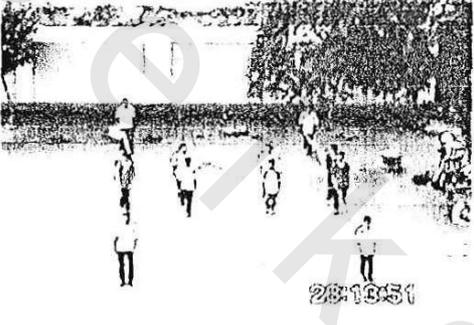
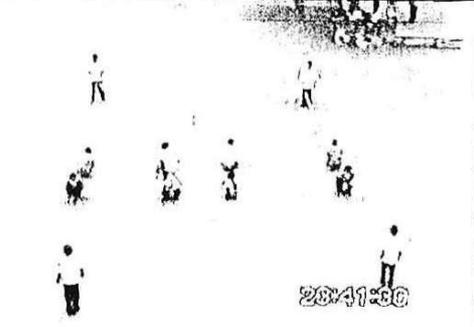
٤٢/٧

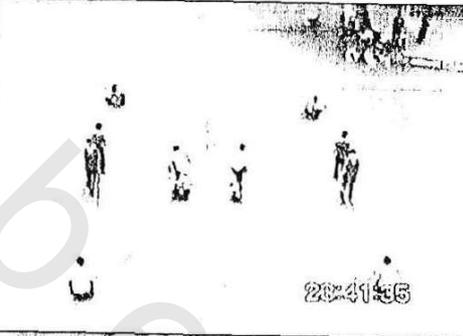
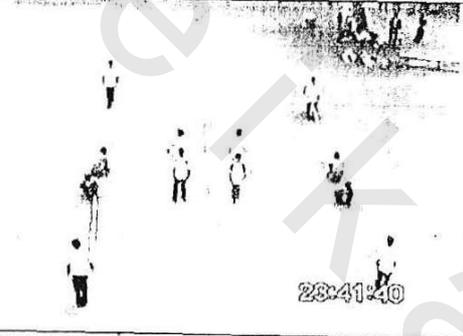
ثالثاً

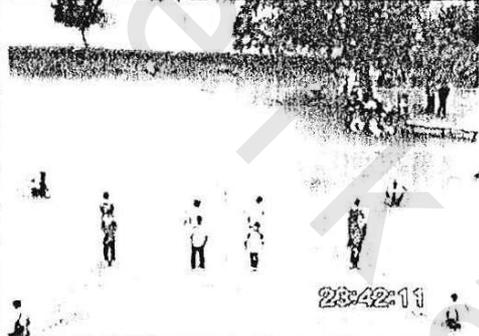
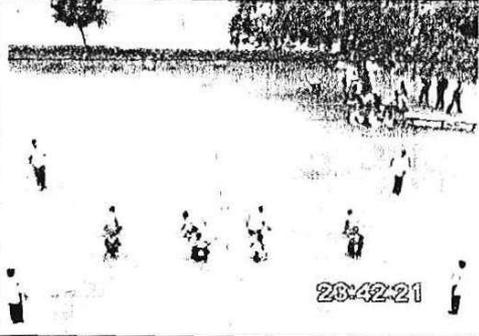
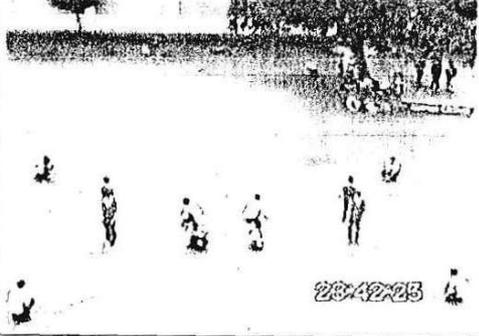
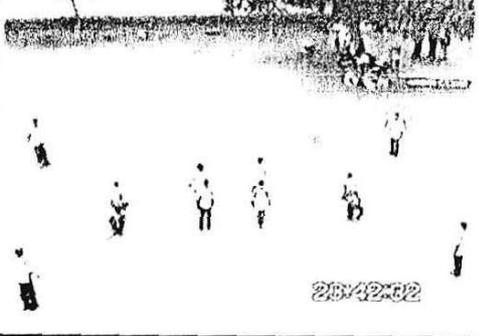
عرض مادة الرياضيات

## عرض الرياضيات الوحدة الثانية

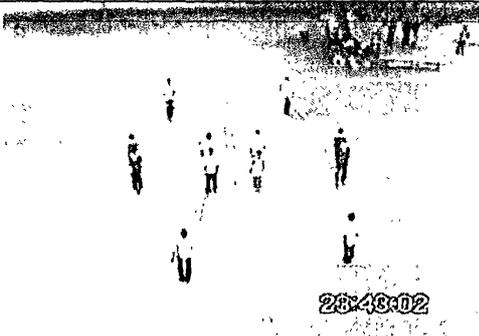
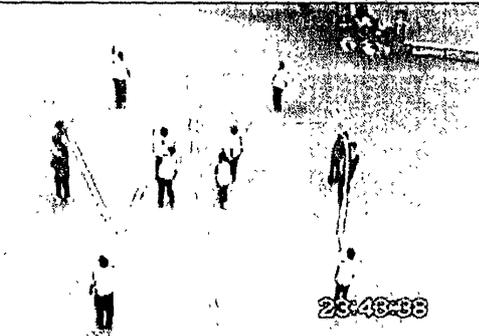
الدخول: بالمشي المنتظم علي شكل أربع قطارات

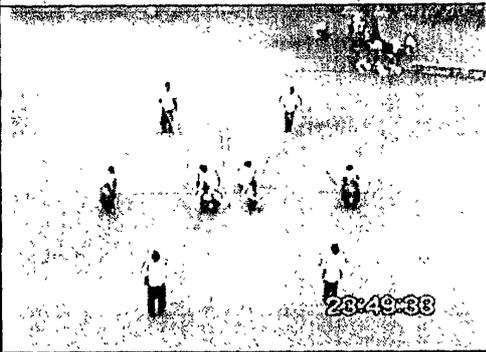
التمرين	العدادات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
الأول مثلث قائم الزاوية	٣٢ : ١	(وقوف،مسك الشريط امام الفخذين) الدخول الي أرض الملعب لرسم مثلث قائم الزاوية	 
	١	التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ تني الركبتين كاملا	
	٨ : ٢	ثبات	
	١	التلميذ ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢ تني الركبتين كاملا والتلميذ ١، ٢، ٣، ٤ مد الركبتين كاملا	
	٨ : ٢	ثبات	

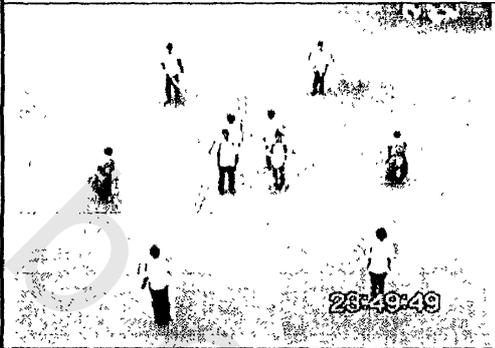
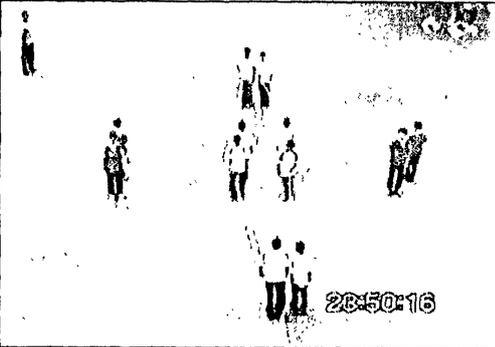
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
 <p>28:41:36</p>	<p>التلميذ ١، ٢، ٣، ٤، ٧، ٨، ١١، ١٢ ثني الركبتين كاملا و التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٠ مد الركبتين كاملا</p>	١ ٨ : ٢	
 <p>28:41:40</p>	<p>التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٢ ثني الركبتين كاملا و التلميذ ١، ٢، ٣، ٧، ٨، ١١، ١٢ مد الركبتين كاملا</p>	١ ٨ : ٢	
 <p>28:40:24</p>	<p>التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٢ مد الركبتين كاملا</p>	٢، ١ ٨ : ٣	
 <p>28:41:56</p>	<p>رفع الشريط عاليا</p>	١ ٨ : ٢	
 <p>28:40:24</p>	<p>خفض الشريط اسفل</p>	١ ٨ : ٢	

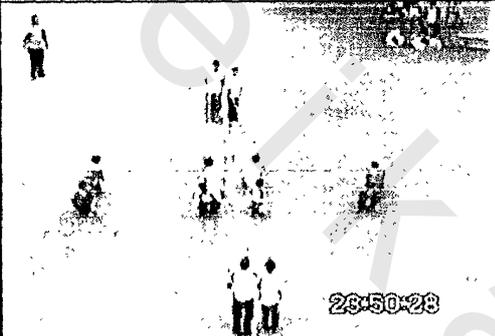
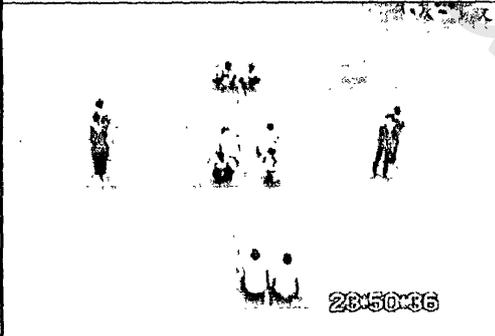
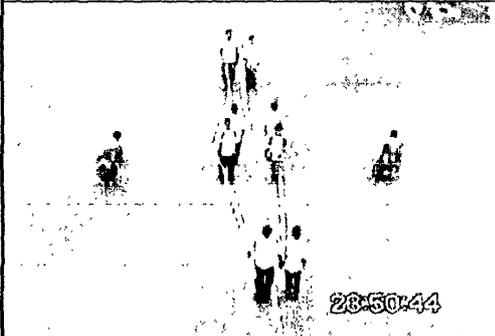
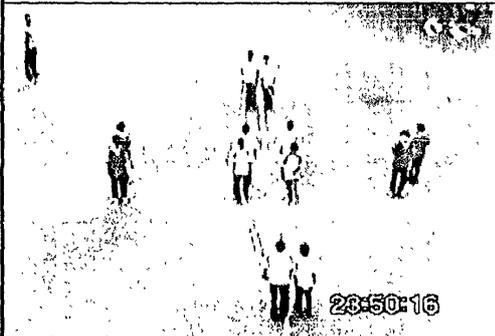
رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
 28:48:86	تحرك التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ لرسم مثلث منفرج الزاوية	٨ : ١	الثاني مثلث منفرج الزاوية
 28:42:11	التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ ثني الركبتين كاملا	١	
 28:42:21	التلميذ ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢ ثني الركبتين كاملا والتلميذ ١، ٢، ٣، ٤ مد الركبتين كاملا	٨ : ٢	ثبات
 28:42:23	التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ ثني الركبتين كاملا و التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٠ مد الركبتين كاملا	٨ : ٢	ثبات
 28:42:22	التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٢ ثني الركبتين كاملا و التلميذ ١، ٢، ٣، ٧، ٤، ٨، ١١، ١٢ مد الركبتين كاملا	٨ : ٢	ثبات

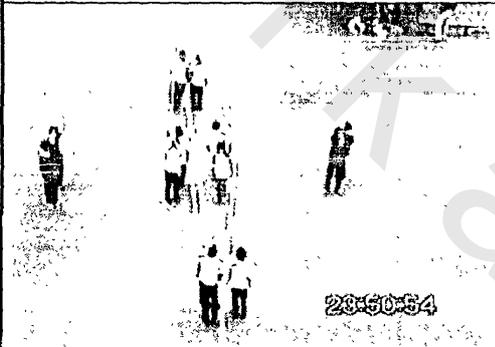
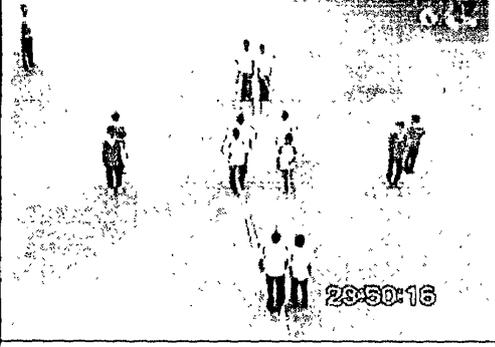
التمرين	العدادات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
	٢ ، ١	التلميذ ٥ ، ٦ ، ٩ ، ١٢ مد الركبتين كاملا	
	٨ : ٣	ثبات	
	١	رفع الشريط عاليا	
	٨ : ٢	ثبات	
	١	خفض الشريط اسفل	
	٨ : ٢	ثبات	
الثالث مثلث متساوي الساقين	٨ : ١	تحرك التلميذ ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ للداخل لرسم مثلث متساوي الساقين	
	١	التلميذ ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ثني الركبتين كاملا	
	٨ : ٢	ثبات	

التمرين	العدادات	الأوضاع والحركات	رسم التمرين والتشكيلات
	١	التلميذ ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢ اثني الركبتين كاملا والتلميذ ١، ٢، ٣، ٤ مد الركبتين كاملا	
	٨ : ٢	ثبات	
	١	التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ اثني الركبتين كاملا و التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٠ مد الركبتين كاملا	
	٨ : ٢	ثبات	
	١	التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٢ اثني الركبتين كاملا والتلميذ ١، ٢، ٣، ٧، ٤، ٨، ١١، ١٢ مد الركبتين كاملا	
	٨ : ٢	ثبات	
	١، ٢	التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٢ مد الركبتين كاملا	
	٨ : ٣	ثبات	
	١	رفع الشريط عاليا	
	٨ : ٢	ثبات	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	خفض الشريط اسفل	١	
	تحرك التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ للداخل لرسم مثلث متساوي الأضلاع	٨ : ٢	الرابع مثلث متساوي الأضلاع
	التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ ثني الركبتين كاملا	١	
	التلميذ ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢ ثني الركبتين كاملا والتلميذ ١، ٢، ٣، ٤ مد الركبتين كاملا	٨ : ٢	
	التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ ثني الركبتين كاملا و التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٠ مد الركبتين كاملا	٨ : ٢	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	التمرين
	التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٢ ثني الركبتين كاملا والتلميذ ١، ٢، ٣، ٧، ٤، ٨، ١١، ١٢ مد الركبتين كاملا	١ ٨ : ٢ ثبات	
	التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٢ مد الركبتين كاملا	٢، ١ ٨ : ٣ ثبات	
	رفع الشريط عاليا	١ ٨ : ٢ ثبات	
	خفض الشريط اسفل	١ ٨ : ٢ ثبات	
	تحرك التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ للداخل لرسم مثلث حاد الزاوية	٨ : ١	الخامس مثلث حاد الزاوية

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدات	لتمرين
	التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ ثني الركبتين كاملا	١	
	ثبات	٨ : ٢	
	التلميذ ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢ ثني الركبتين كاملا والتلميذ ١، ٢، ٣، ٤ مد الركبتين كاملا	١	
	ثبات	٨ : ٢	
	التلميذ ١، ٢، ٣، ٤ ثني الركبتين كاملا و التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٠ مد الركبتين كاملا	١	
	ثبات	٨ : ٢	
	التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٢ ثني الركبتين كاملا والتلميذ ١، ٢، ٣، ٤، ٧، ٨، ١١، ١٢ مد الركبتين كاملا	١	
	ثبات	٨ : ٢	
	التلميذ ٥، ٦، ٩، ١٢ مد الركبتين كاملا	١، ٢	
	ثبات	٨ : ٣	

رسم التمرين والتشكيلات	الأوضاع والحركات	العدادات	لتمرين
	رفع الشريط عاليا	١	
	خفض الشريط اسفل	١	
	الخروج علي شكل أربع قطارات	٣٢ : ١	

## مرفق (٨)

برنامج المجموعة التجريبية الأولى

نموذج لدرس التربية الرياضية لكل من المجموعة  
التجريبية الثانية والضابطة

برنامج المجموعة التجريبية الأولى المكون من ١٢ أسبوع بواقع حصتين في الأسبوع :

الأسبوع رقم ( ١ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
- تعلم بعض الأوضاع الأصلية والمشتقة . - تعلم الدخول لأرض الملعب للأداء العرض - ٨×٤ عدات دخول	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الرياضيات ( الوحدة الثانية )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ٢ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
- ٨×١ الإنتقال الي مثلث قائم الزاوية ( التشكيل الأول ) - ٨×٧ عدات التمرين الأول	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الرياضيات ( الوحدة الثانية )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ٣ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
- ٨×١ عدات إنتقال الي مثلث منفرج الزاوية ( التشكيل الثاني ) - ٨×٧ عدات التمرين الثاني	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الرياضيات ( الوحدة الثانية )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ٤ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
- ٨×١ عدات إنتقال الي مثلث متساوي الساقين ( التشكيل الثالث ) - ٨×٧ عدات التمرين الثالث	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الرياضيات ( الوحدة الثانية )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم (٥)		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
- ٨×١ عدات إنتقال الي مثلث متساوي الأضلاع ( التشكيل الرابع ) - ٨×٧ عدات التمرين الرابع	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الرياضيات ( الوحدة الثانية )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم (٦)		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
- ٨×١ عدات إنتقال الي مثلث حاد الزاوية ( التشكيل الخامس ) - ٨×٧ عدات التمرين الخامس	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الرياضيات ( الوحدة الثانية )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ٧ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
- تعليم الخروج من أرض الملعب - ٨×٤ عدات خروج	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الرياضيات ( الوحدة الثانية )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ٨ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
- أداء العرض كامل من الدخول حتي الخروج	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الرياضيات ( الوحدة الثانية )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ٩ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
تعلم عرض رياضي علي شكل قصة حركية أسر لويس التاسع ملك فرنسا في دار ابن لقمان	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١٠ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
متابعة تعلم عرض رياضي علي شكل قصة حركية أسر لويس التاسع ملك فرنسا في دار ابن لقمان	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١١ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
- تعلم دخول أرض الملعب علي شكل حرف U - ٨×٤ عدات دخول	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١٢ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×٢ عدات التمرين الاول	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١٣ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×٣ عدات التمرين الثاني	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١٤ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×٣ عدات التمرين الثالث	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١٥ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×١٠ عدات التمرين الرابع والخامس	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١٦ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×٥ عدات التمرين السادس والسابع	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١٧ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×١٨ عدات التمرين الثامن	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١٨ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×٤ عدات خروج	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة الدراسات ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ١٩ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×١٠ عدات دخول	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة العلوم ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

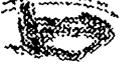
الأسبوع رقم ( ٢٠ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×٣ عدات التمرين الأول	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة العلوم ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

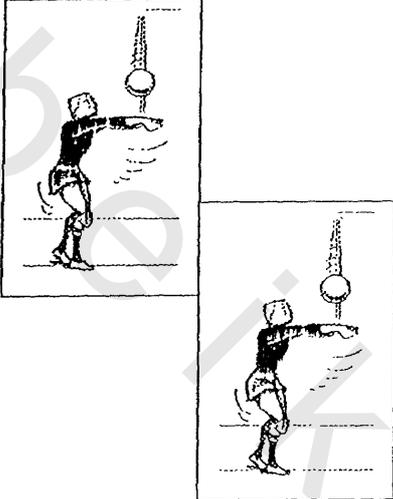
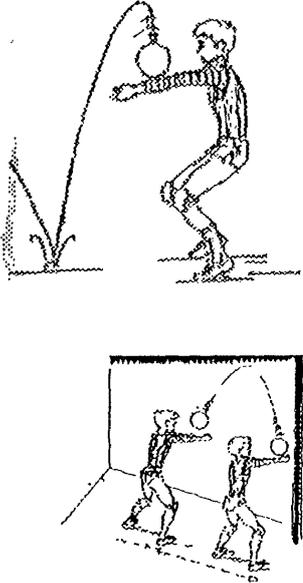
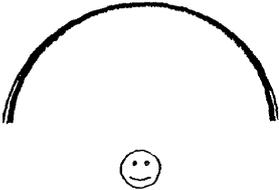
الأسبوع رقم ( ٢١ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×٨ عدات التمرين الثاني والثالث	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة العلوم ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ٢٢ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×١١ عدات التمرين الرابع والخامس والسادس	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة العلوم ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

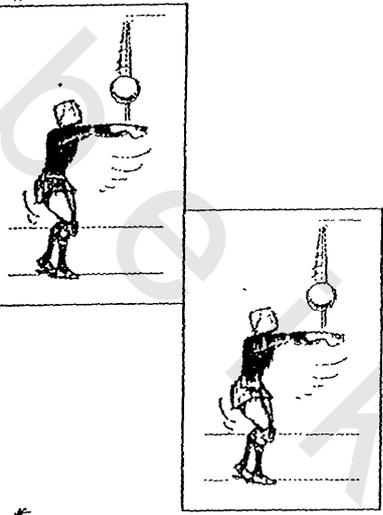
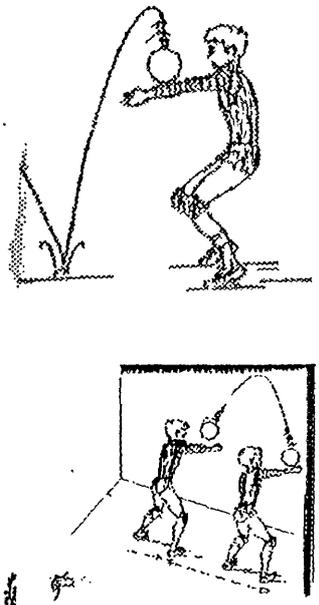
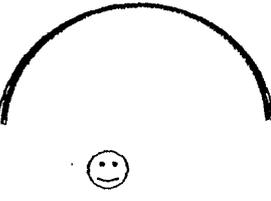
الأسبوع رقم ( ٢٣ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×٢١ عدات التمرين السابع والثامن (عبارة عن تحركات كل كوكب حول مدارة)	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة العلوم ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

الأسبوع رقم ( ٢٤ )		
المحتوي	الجزء	الزمن
- أخذ الحضور والغياب - الإحماء	الجزء التمهيدي	٥ دقائق
٨×٤ عدات خروج	الجزء الرئيسي تحفيظ عرض التمرينات الخاص بمادة العلوم ( الوحدة الثالثة )	٣٥ دقيقة
عمل تمرينات تهدئة	الجزء الختامي	٥ دقائق

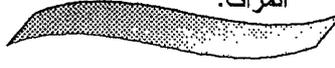
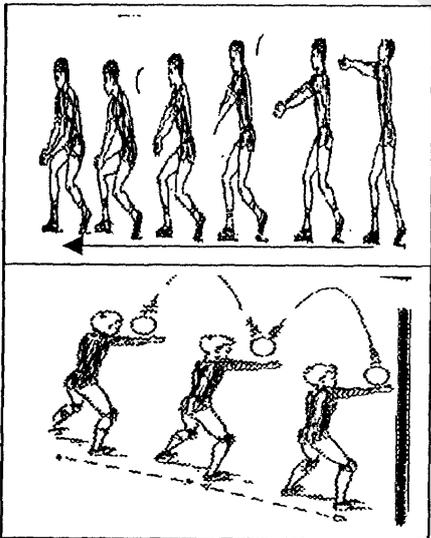
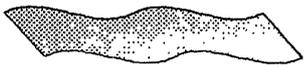
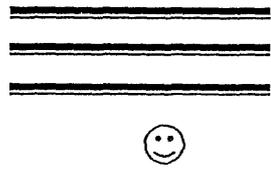
مواعيد تنفيذ الدرس			درس التربية الرياضية		
الفصل	المررة الاولى	المررة الثانية	* السنة الدراسية :		
			* الغرض التعليمي :		
			* الغرض البدني :		
			* الغرض التربوي :		
الاذراج			الاجوات	المادة	
			<p>نزل الطلاب إلى الملعب على هيئة قطارين الاصطفاف على شكل صفين واخذ الغياب</p> <p>لعبة صغيرة (الطاخونية) :</p> <p>(وقوف) يقف التلاميذ على شكل أزواج ويقوم كل زوج للوصول لوضع الاتبطاح المائل و الظهر مواجهة للظهر وعند سماع الإشارة يحاول كل لاعب التحرك جانبا باليدين في اتجاه عقارب الساعة للعودة الى نقطة البداية .</p>	<p>اجزاء الحرس</p> <p>اعمال إحصائية</p> <p>اجماء</p> <p>(٥ق)</p>	
			العنصر	التمرينات البدنية	
   			<p>السرعة</p> <p>المرونة</p> <p>التوافق</p> <p>التوازن</p> <p>القوة</p>	<p>(وقوف) سباق المطاردة لمسافة ٣٠ متر .</p> <p>(جلوس طويل . فتحا مواجهة مع تشبيك اليدين) تبادل ضغط الجزء أمام الأسفل مع الزميل . (:</p> <p>@ (وقوف) ضرب الكرة على الحائط ولقها .</p> <p>@ (وقوف - الذراعان أماما) رفع الرجل اليمنى لمحاولة لمس الكفين والثبات ثم التبديل .</p> <p>@ (الجزع أمام الأسفل) المشى باليدين للوصول الى وضع الاتبطاح المائل .</p>	<p>(٥ق)</p> <p>- جلاء</p> <p>- فاص</p>

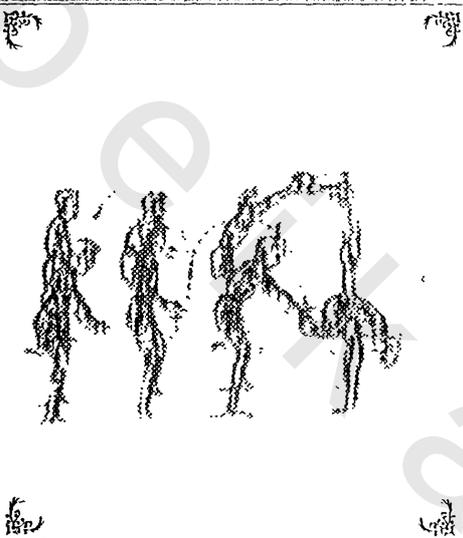
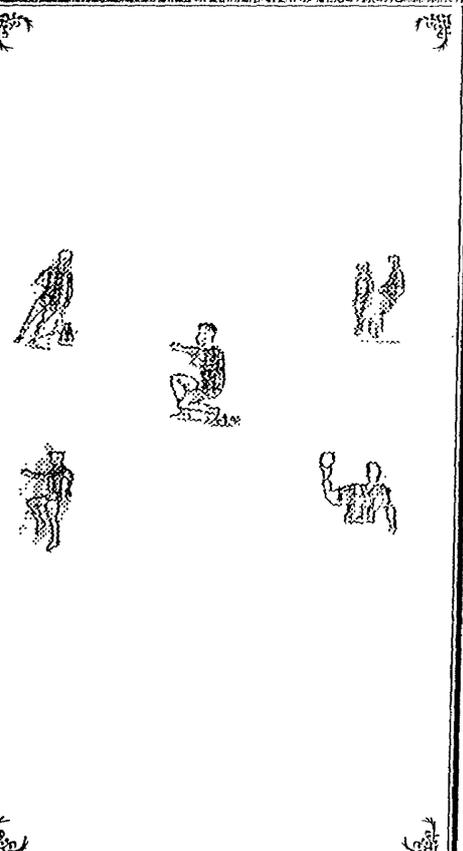
الادوات	المهارة	النشاط التعليمي
<p>الادوات</p>  <p>كرات طائرة</p>	<p>المهارة</p> <h3>المهارة الطائرة</h3> <p>تعليم استقبال الإرسال</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ شرح المهارة</li> <li>✗ اداء نموذج للمهارة .</li> <li>✗ اداء المهارة من قبل التلاميذ</li> <li>✗ تصحيح الاخطاء وشرح الاداء الصحيح</li> <li>✗ اداء المهارة لأكبر عدد ممكن من المرات.</li> </ul> 	<p>(١٠ ق)</p>
<p>الادوات</p>  <p>كرات طائرة</p>	<p>المهارة</p> <h3>تدريبات على المهارة</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ اداء المهارة من الوقوف .</li> <li>✗ استقبال الكرة المرتدة من الارض وتمريها .</li> <li>✗ استقبال الكرة وتمريها على الحائط باستمرار .</li> <li>✗ استقبال الكرة من المرسل في مراكز مختلفة .</li> </ul> 	<p>نشاط تطبيقي (١٠ ق)</p>
<p>الادوات</p>  <p>الادوات</p>	<p>المهارة</p> <h3>وقوف الطلاب على شكل قوس</h3> <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ ارشادات عامة حول بعض العادات الصحية السليمة والتغذية</li> <li>✗ عودة الطلاب الى الفص في شكل قطارين</li> </ul>	<p>الختام (٥ ق)</p>

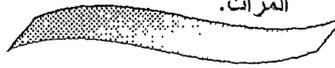
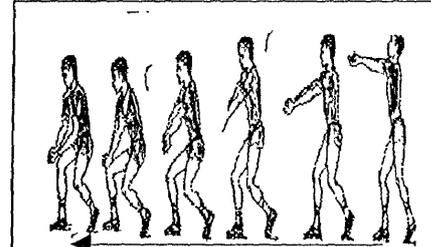
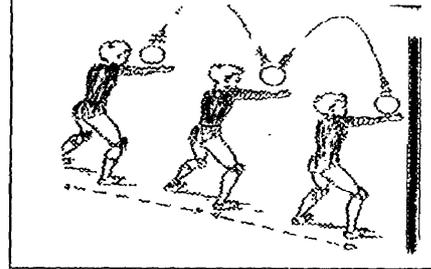
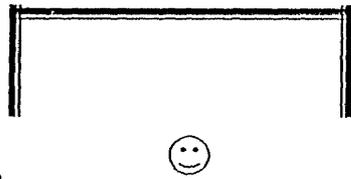


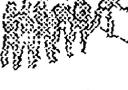
الأنشطة	الأدوات	المادة	النشاط التعليمي
	كرات طائرة	<p><b>الكرة الطائرة</b></p> <p><u>تعليم مهارة الاستقبال</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☑ شرح المهارة</li> <li>☑ اداء نموج للمهارة .</li> <li>☑ اداء المهارة من قبل التلاميذ</li> <li>☑ تصحيح الاخطاء وشرح الاداء الصحيح</li> <li>☑ اداء المهارة لأكبر عدد ممكن من المرات.</li> </ul> 	(١٠ ق)
	كرات طائرة	<p><u>تدريبات على المهارة</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☑ اداء المهارة من الوقوف .</li> <li>☑ استقبال الكرة المرتدة من الارض وتمريها .</li> <li>☑ استقبال الكرة وتمريها على الحائط باستمرار .</li> <li>☑ استقبال وتمير الكرة للزميل .</li> </ul> 	نشاط تطبيقي (١٠ ق)
		<p><u>وقوف الطلاب على شكل قوس</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☑ ارشادات عامة حول بعض العادات الصحية السليمة والتغذية</li> <li>☑ عودة الطلاب الى الفصل في شكل قطارين</li> </ul>	العتاه (٥ ق)

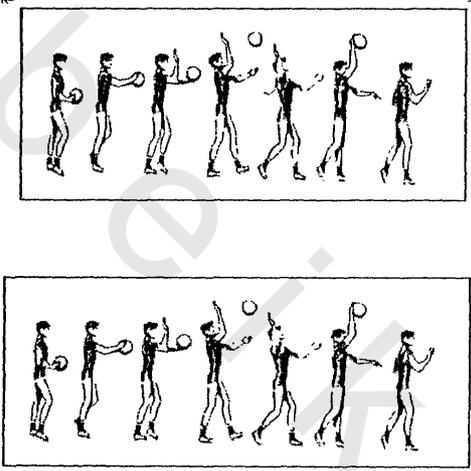
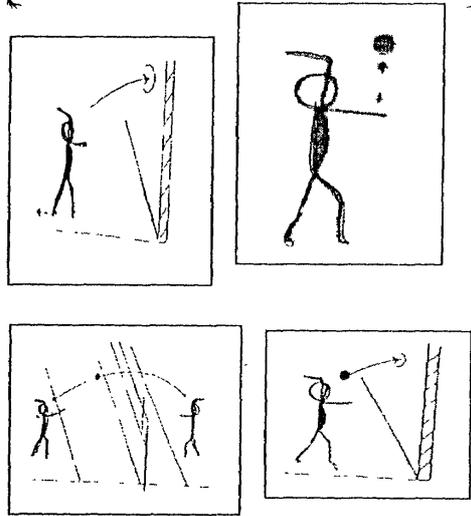
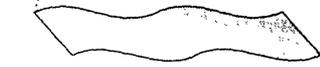
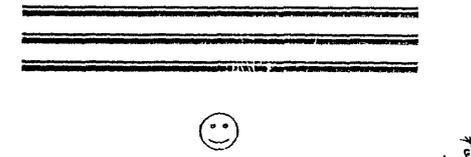
مواعيد تنفيذ الدرس			درس التربية الرياضية		
المرة الثانية	المرة الاولى	الفصل	* السنة الدراسية :		
			* رقم الدرس :		
			* الغرض التعليمي :		
			* الغرض البدني :		
			* الغرض التربوي :		
الاذى			الادوات	الم	
			<p>نزول الطلاب إلى الملعب على هيئة قطارين الاصطفاف على شكل صفين واخذ الغياب</p> <p>لعبة صغيرة (الطاحونة) :</p> <p>(وقوف) يقف التلاميذ على شكل أزواج ويقوم كل زوج للوصول لوضع الانبطاح المائل و الظهر مواجهة للظهر وعند سماع الإشارة يحاول كل لاعب التحرك جانبا باليد في اتجاه عقارب الساعة للعودة الى نقطة البداية .</p>	<p>أجزاء الدرس</p> <p>العملات الإدارية</p> <p>اعمال (٥ق)</p>	
			العنصر	التمرينات البدنية	
   			<p>السرعة</p> <p>المرونة</p> <p>التوافق</p> <p>التوازن</p> <p>القوة</p>	<p>←</p> <p>@ (وقوف) الجري في المكان مع رفع الركبتين عاليا لمدة (١٥) ث</p> <p>@ (وقوف فتحة - الذراعان عاليا) عمل دورة كاملة بلف الجزع جهة اليمين ثم للخلف ثم اليسار ثم أسفل و التبديل .</p> <p>@ (جلوس طويل - مسك كرة) رفع الرجل اليمنى عاليا لتعدية الكرة من أسفل ثم اليسرى والعكس .</p> <p>@ (جلوس قرفصاء - الذراعان أماما) رفع الرجل اليسرى للامام والثبات ثم التبديل .</p> <p>@ (وقوف مواجهة) دفع الزميل : .</p> <p>←</p>	<p>(١٥ق)</p> <p>- عمل</p> <p>- عمل</p>

الأنشطة	الأدوات	المهارة	النشاط التعليمي
	كرات طائرة	<p><b>الكرة الطائرة</b></p> <p><u>تعليم مهارة التمير من اسفل</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ شرح المهارة</li> <li>☒ اداء نموزج للمهارة .</li> <li>☒ اداء المهارة من قبل التلاميذ</li> <li>☒ تصحيح الاخطاء وشرح الاداء الصحيح</li> <li>☒ اداء المهارة لأكبر عدد ممكن من المرات.</li> </ul> 	(١٠ ق)
	كرات طائرة	<p><u>تدريبات على المهارة</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ اداء المهارة من الوقوف .</li> <li>☒ استقبال الكرة المرتدة من الارض وتميرها .</li> <li>☒ استقبال الكرة وتميرها على الحائط باستمرار مع الزميل .</li> <li>☒ استقبال وتمير الكرة للزميل .</li> <li>☒ اداء المهارة ككل في الملعب .</li> </ul> 	نشاط تطبيقي (١٠ ق)
		<p><u>وقوف الطلاب على شكل ثلاثة صفوف</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ ارشادات عامة حول بعض العادات الصحية السليمة والتغذية</li> <li>☒ عودة الطلاب الى الفصل في شكل قطارين</li> </ul>	الغناء (٥ ق)

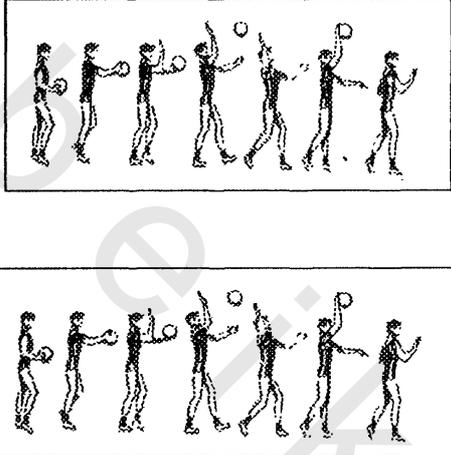
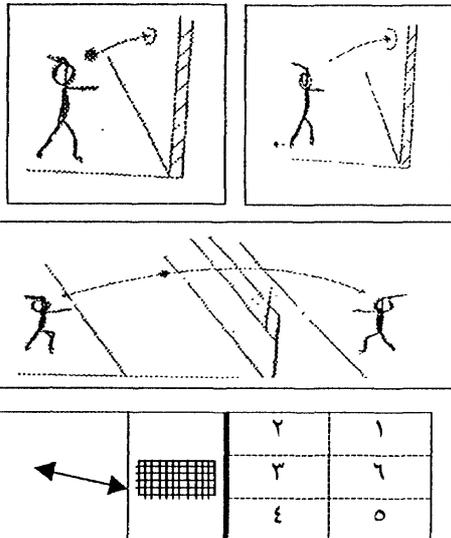
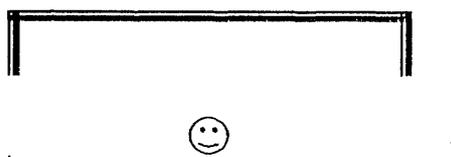
مواعيد تنفيذ الدرس			درس التربية الرياضية	
الفصل	المررة الاولى	المررة الثانية	* السنة الدراسية :	
			* رقم الدرس :	
			* الغرض التعليمي :	
			* الغرض البدني :	
			* الغرض التربوي :	
الاجزاء الحركية			الاجزاء النظرية	
			<p>نزول الطلاب إلى الملعب على هيئة قطارين الاصطفاف على شكل صفين واخذ الغياب</p> <p><u>لعبة صغيرة (الكرة المنقولة) :</u> (وقوف) يقف التلاميذ على شكل قطارين وتكون القدمين متباعدتان ويقوم كل تلميذ بتمرير الكرة مرة من فوق رأسه ومرة من بين قدميه و القطار الذي يمر أسرع هو الفائز .</p>	
الاجزاء البدنية			الاجزاء النظرية	
			<p>التمرينات البدنية</p> <p>@ (وقوف) الجري المكوكي لمسافة ١٠ م .</p> <p>@ (وقوف) الوثب (٣) وثبات وضم الركبة على الصدر في الوثبة رقم (٤) .</p> <p>@ (وقوف) مسك كرة باليد) التصويب على كرة معلقة .</p> <p>@ (اقعاء - ثبات الوسط) المشي للامام .</p> <p>@ (وقوف) الجري في المكان دقيقة ونصف</p>	

الأدوات	الملاحظة	النشاط التعليمي
	<p>كرات طائرة</p> <p><b>المهارة الطائرة</b></p> <p>تعليم مهارة التمرير من أسفل</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ شرح المهارة</li> <li>☒ اداء نموذج للمهارة .</li> <li>☒ اداء المهارة من قبل التلاميذ</li> <li>☒ تصحيح الاخطاء وشرح الاداء الصحيح</li> <li>☒ اداء المهارة لأكبر عدد ممكن من المرات.</li> </ul> 	<p>(١٠ ق)</p>
 	<p>كرات طائرة</p> <p><b>تدريبات على المهارة</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ اداء المهارة من الوقوف .</li> <li>☒ استقبال الكرة المرتدة من الارض وتمريها .</li> <li>☒ استقبال الكرة وتمريها على الحائط باستمرار مع الزميل .</li> <li>☒ استقبال وتمير الكرة للزميل .</li> </ul> 	<p>نشاط تطبيقي (١٠ ق)</p>
	<p>وقوف الطلاب على شكل مربع ناقص ضلع</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ ارشادات عامة حول بعض العادات الصحية السليمة والتغذية</li> <li>☒ عودة الطلاب الى الفص في شكل قطارين</li> </ul>	<p>الختام (٥ ق)</p>

مواعيد تنفيذ الدرس			درس التربية الرياضية	
الفصل	المررة الاولى	المررة الثانية	* السنة الدراسية :	* رقم الدرس :
			* الغرض التعليمي :	تعليم مهارة الارسال من أعلى
			* الغرض البدني :	تنمية السرعة
			* الغرض التربوي :	تنمية القدرة على التركيز والابداع
الاجزاء الحرس		الادوات	المادة	الاجزاء الحرس
			<p>نزول الطلاب إلى المعلب على هيئة قطارين الاصطفاف على شكل قوس واخذ الغياب</p> <p><u>لعبة صغيرة (لمس زيل القاطرة) :</u>  (وقوف) يقف التلاميذ على شكل قطارات متساوية العدد ثم يتم اختيار تلميذ من كل قطار للوقوف أمام قطار الفريق الاخر ومع اشارة البدء يحاول هذا التلميذ لمس زيل القطار الذي أمامه.</p>	<p>الاجزاء الحرسية</p> <p>اعماء (٥٠)</p>
		العنصر	التمارين البدنية	الاجزاء بدني
     		<p>السرعة @ (وقوف) سباق التتابع بين الفرق من ١٠ - ٢٠ متر .</p> <p>المرونة @ (وقوف الذراعان جانبا) لف الجزرع جهة اليمين ثم لف الجزرع جهة اليسار .</p> <p>التوافق @ (وقوف -مسك كرة) محاولة تنطيط الكرة على الفخذين .</p> <p>التوازن @ (نصف وقوف - الكفين في الوسط) رفع الركبة اليمنى ثم فردها للامام ثم الثبات و التبديل .</p> <p>القوة @ (وقوف مواجهة الجنب - تشبيك اليد اليمنى) جذب الزميل و عكس اليد (:).</p>	<p>(١٥) ق</p> <p>- اعماء</p> <p>- خاص</p>	

الأنشطة	الأدوات	الملاحظة	النشاط التعليمي
	كرات طائرة	 <p>تعليم مهارة الإرسال من أعلى</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ شرح أهمية المهارة</li> <li>✗ اداء نموذج للمهارة .</li> <li>✗ اداء المهارة من قبل التلاميذ</li> <li>✗ تصحيح الاخطاء وشرح الاداء الصحيح</li> <li>✗ اداء المهارة لأكبر عدد ممكن من المرات.</li> </ul> 	(١٠ ق)
	كرات طائرة	 <p>تدريبات على المهارة</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ تدريبات على المهارة ( الإحساس بالكرة )</li> <li>✗ اداء المهارة على الحائط باستمرار على بعد ١ متر .</li> <li>✗ اداء المهارة على الحائط باستمرار على بعد ٢ متر .</li> <li>✗ اداء المهارة على الحائط باستمرار على بعد ٣ متر .</li> <li>✗ أداء المهارة بين زميلين على خط ٣ متر داخل ملعب الكرة الطائرة</li> <li>✗ أداء المهارة بين زميلين على خط ٦ متر داخل ملعب الكرة الطائرة</li> </ul> 	نشاط تطبيقي (١٠ ق)
		<p>وقوف الطلاب على ثلاثة صفوف</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ ارشادات عامة حول بعض العادات الصحية السليمة والتغذية</li> <li>✗ عودة الطلاب الى القص في شكل قطارين</li> </ul>	العتاء (٥ ق)



الاداء	الادوات	الملاحظة	النشاط التعليمي
	كرات طائرة	<p>تعليم مهارة الإرسال من أعلى</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ شرح أهمية المهارة</li> <li>☒ اداء نموذج للمهارة .</li> <li>☒ اداء المهارة من قبل التلاميذ</li> <li>☒ تصحيح الاخطاء وشرح الاداء الصحيح</li> <li>☒ اداء المهارة لأكبر عدد ممكن من المرات.</li> </ul>	(١٠)
	كرات طائرة	<p>تدريبات على المهارة</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ تدريبات على المهارة ( الإحساس بالكرة )</li> <li>☒ اداء المهارة على الحائط باستمرار على بعد ١ متر .</li> <li>☒ اداء المهارة على الحائط باستمرار على بعد ٢ متر .</li> <li>☒ اداء المهارة على الحائط باستمرار على بعد ٣ متر .</li> <li>☒ أداء المهارة بين زميلين على خط ٣ متر داخل ملعب الكرة الطائرة</li> <li>☒ أداء المهارة بين زميلين على خط ٦ متر داخل ملعب الكرة الطائرة</li> <li>☒ أداء المهارة خلف خط الإرسال في مناطق معينة ومحددة</li> </ul>	نشاط تطبيقي (١٠)
		<p>وقوف الطلاب على شكل مربع ناقص ضلع</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ ارشادات عامة حول بعض العادات الصحية السليمة والتغذية</li> <li>☒ عودة الطلاب الى الفص في شكل قطارين</li> </ul>	الغناء (٥)

## ملخص البحث باللغة العربية :

### مقدمة ومشكلة البحث :

ان الفلسفة العامة للتعليم تهدف إلى بناء أجيال صالحة قادرة علي النهوض بالوطن في كافة المجالات وملمين بأسرار العلم، وكيفية التعامل مع التقدم التقني الذي يسود العالم المتقدم، ويعتبر طفل المرحلة الابتدائية هو أساس العملية التربوية ، حيث أن المدرسة الابتدائية هي اللبنة الأولى في بناء المجتمع وأصبحت مهمتها شاملة ترمي إلي تربيته الجسم وتنميته العقل وتهذيب الخلق وتكوين المهارات وغرس مبادئ السلوك حتى تخلق المواطن الصالح وهذه المرحلة التي هي بطبيعتها مرحلة الليونة والتشكيل والاستجابة للمؤثرات التي تكسب الخبرات للطفل ، مما يكون له أثر كبير في توجيه النمو وتشكيل الحياة .

وإذا لم يهيا التلميذ تربويا فإنه يصبح من الصعب الشعور بالسعادة المنشودة داخل مدرسته الابتدائية مما يؤثر سلبا علي تحصيله العلمي وكذلك نموه النفسي والاجتماعي لذا يعد النشاط الحركي المنظم فرصه طيبه لتنمية ملكات الطفل ووسيلة للتعبير عن الذات علاوة علي أنه يهيئ الطفل لخاصية التكيف مع حياته وذلك من خلال استجاباته أثناء اللعب مع الغير حيث يشعر بالأمان المبني علي الحب ، كما يجب الاهتمام بالنمو في كافة مظاهره وفي كل مرحلة بغية تنشئه جيل من الأطفال يتمتعون بالصحة الجسمانية والنفسية والسعادة الاجتماعية والقدرة علي الإنتاج.

وتتضمن الأنشطة المدرسية جميع الفعاليات التطبيقية للمقررات المنهاجية واللامنهاجية، فهي امتداد تطبيقي ميداني لجميع العلوم والمعارف التي يتلقاها التلميذ في المدرسة سواء داخل الفصل أو خارجه وهي عملية تكاملية مع المنهج الدراسي فمن المعروف أن النشاط المدرسي عملية تربوية تتكامل مع المقررات الدراسية في تشكيل المنهج التربوي الذي يساعد علي بناء الشخصية في جميع جوانبها للطلاب ، ورغم هذه القيم التربوية للنشاط المدرسي إلا هناك بعض الآباء الذين يقللون من قيمة برامج النشاط المدرسي فهم يرون أن التحصيل الدراسي هو الهدف من التربية المدرسية .

مما سبق يتضح أن الاتجاه الحديث للتعليم لم يعد قاصرا علي تلقين المعلومات للتلاميذ فقط بل تعد ذلك إلي أن يطبق التلاميذ ما يتعلمونه ، وأن يتعلموا من خلال الممارسة الفعلية وعلي هذا يري الباحث أنه قد يكون لأنشطته التربوية البدنية والرياضة والتي منها عروض التمرينات الجماعية دورا هاما وذا تأثير فعال في تعلم التلاميذ الكثير من المعلومات والمعارف المتعلقة بالمواد الدراسية المختلفة داخل المدرسة مما ينعكس علي تحسن تحصيلهم الدراسي لهذه المواد الدراسية وفاعليه العملية التعليمية ، وربما يرجع ذلك إلي أن الانشيطه الرياضية وعروض التمرينات الجماعية من المواد المحببة لدي التلاميذ كما تسمح للتلميذ أن يتعلم بعيدا عن تأثيرات القلق الدراسي والتوتر النفسي والانفعالات السلبية التي تكون سببا في انخفاض مستوي التحصيل الدراسي .

لذا نشأت فكره هذا البحث كمحاولة للتعرف علي تأثير عروض التمرينات علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى .

#### هدف البحث :

يستهدف البحث تصميم عروض التمرينات لتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى وذلك من خلال التعرف علي :

١- تأثير المجموعة التجريبية الأولى التي تنفذ عروض التمرينات علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى.

٢- تأثير المجموعة التجريبية الثانية التي تشاهد عروض التمرينات علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى.

٣- تأثير المجموعة الضابطة التي تنفذ درس تربية رياضية علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى.

٤ - الفروق بين كل من المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى.

٥ - نسبة التحسن للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية و الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى.

#### فروض البحث :

١- هناك فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى في مستوى الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى وكانت الفروق لصالح القياس البعدي .

٢- هناك فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في مستوى الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى وكانت الفروق لصالح القياس البعدي .

٣- هناك فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الاساسى وكانت الفروق لصالح القياس البعدي .

٤- هناك فروق دالة إحصائية بين فرق فروق القياس القبلي والقياس البعدي لكل من المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الأساسي وكان فرق الفروق لصالح المجموعة التجريبية الأولى.

٥- هناك فروق في نسب التحسن لكل من المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى بمرحلة التعليم الأساسي وكانت الفروق في نسب التحسن لصالح المجموعة التجريبية الأولى .

### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته مع طبيعة البحث ، وقد استعان الباحث بالتصميم التجريبي ثلاث مجموعات ، مجموعة تجريبية أولي ومجموعة تجريبية ثانية ومجموعة ضابطة ، باستخدام القياسات القبليّة البعديّة .

#### عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الاساسى بمدرسة المرسى سيف الدين الابتدائية بآدارة ذكرنس التعليمية وبلغ عددهم ٦٠ تلميذ تم تقسيمها بالتساوي إلى ثلاث مجموعات متساوية مجموعتان تجريبيتان والأخرى ضابطة واشتملت كل مجموعة على عدد ٢٠ تلميذ وتم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية بالطريقة العمدية من مدرسة على مبارك الابتدائية من تلاميذ الصف الرابع من الحلقة الأولى من مرحلة التعليم وبلغ عددهم ٦٠ تلميذا .

- المجموعة التجريبية الأولى : التلاميذ المشاركون في تنفيذ العرض الرياضى.
- المجموعة التجريبية الثانية : التلاميذ المشاركون في مشاهدة العرض الرياضى .
- المجموعة الضابطة : التلاميذ الذين لم يشتركوا في تنفيذ أو مشاهدة العرض الرياضى.

#### الاستنتاجات والتوصيات :

##### الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث وخصائصها وفي ضوء نتائج البحث تمكن الباحث من التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

- المجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت العروض التمرينات تحسنت بدرجة أفضل من المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث.
- أدى استخدام عروض التمرينات إلى رفع صفات القوة والقدرة والمرونة والسرعة والرشاقة والتوافق لتلاميذ المجموعة التجريبية الأولى .

- المجموعة التجريبية الأولى تحسنت بدرجة أفضل من المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي لمادة العلوم .
- المجموعة التجريبية الأولى تحسنت بدرجة أفضل من المجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي لمادة الدراسات .
- المجموعة التجريبية الأولى تحسنت بدرجة أفضل من المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي لمادة الرياضيات .
- المجموعة التجريبية الثانية تحسنت بدرجة أفضل من المجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي لمادة العلوم والدراسات الإجتماعية والرياضيات .

#### التوصيات :

- في ضوء الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يتقدم الباحث بالتوصيات التالية :
- الاستفادة من عروض التمرينات لمادة العلوم قيد البحث في تبسيط المعرفة لتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الاساسى من خلال ممارسة أو مشاهدته.
- الاستفادة من العرض الرياضى لمادة الرياضيات قيد البحث فى تبسيط المعرفة لتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الاساسى من خلال ممارسة أو مشاهدته.
- الاهتمام بتصميم عروض رياضية للمواد الدراسية التى تدرس بالحلقة الأولى من مرحلة التعليم الاساسى .
- الاهتمام بعرض العروض الرياضية التعليمية للمواد الدراسية على تلاميذ الحلقة الاولى من مرحلة التعليم الاساسى من خلال مناهل المعرفة .
- مراعاة الإستفادة من العروض الرياضية وعروض التمرينات فى خدمة المواد الدراسية فى مواد دراسية اخرى .

#### دراسات مستقبلية :

- ١- تأثير عروض التمرينات على مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الثانية بمرحلة التعليم الاساسى .
- ٢- تأثير العروض الرياضية على مستوى التحصيل فى مادة اللغة العربية والصفات البدنية المرتبطة الحلقة الثانية بمرحلة التعليم الاساسى .
- ٣- تأثير عروض التمرينات على مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ المرحلة الثانوية .

## مستخلص البحث باللغة العربية

تأثير عروض التمرينات علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير عروض التمرينات علي مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي، و قد استخدم الباحث المنهج التجريبي بطريقة القياس القبلي البعدي لثلاث مجموعات مجموعة تجريبية أولى ومجموعة تجريبية ثانية ومجموعة ضابطة ، و قد بلغ حجم العينة ( ٦٠ تلميذا ) ، وتم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات قوام كل مجموعة ( ٢٠ تلميذا) وأهم أدوات جمع البيانات تحديد الصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي ، والاختبارات البدنية المستخدمة في تحديد الصفات البدنية ، والعروض الرياضية المتعلقة بالمواد الدراسية ، وكانت أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية الأولى علي المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في مستوى التحصيل لبعض وحدات المواد الدراسية والصفات البدنية المرتبطة بتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي

و يوصي الباحث بمراعاة الاستفادة من العروض الرياضية وعروض التمرينات في خدمة المواد الدراسية والاستفادة من عروض التمرينات لمادة العلوم قيد البحث في تبسيط المعرفة لتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي من خلال ممارسته أو مشاهدته و الاستفادة من العرض الرياضي لمادة الدراسات قيد البحث في تبسيط المعرفة لتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي من خلال ممارسته أو مشاهدته والاستفادة من عروض التمرينات لمادة الرياضيات قيد البحث في تبسيط المعرفة لتلاميذ الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي من خلال ممارسته أو مشاهدته.



**Mansoura University**  
**Faculty of Sports Education**  
**Curriculum & teaching methods of**  
**sports education Dep**

**The Effect of Exercises Shows on The Achievements of  
some Educational Units and on The Physical Qualities  
which Related to The students of the  
first step Primary Stage.**

**An offered Search from**  
**Amr Mohamed Roushdy Abd Elhady**  
**Demonstrator in curriculum & Teaching Methods of sports**  
**education Dept Faculty of sports Education**

**Among the requirements to Attain Master  
Degree in Physical Education**

**Supervised By**

**Dr. Mohamed Mersal Hamad**

**Asst. Professor in curriculum & teaching  
methods of sports education Dept Faculty of  
sports Education Mansoura University**

**Dr. Hazem Gad Eisa**

**Asst. Professor in curriculum & teaching  
methods of sports education Dept Faculty of  
sports Education Mansoura University**

From the mentioned earlier, it appears that the modern approach in learning is no more limited to teaching information to the pupils but it extended that to applying what they learn and to learn through practical practice: Depending on this, the researcher see that sport and physical education activities like team exercise shows can play an important and effective role in helping pupils to learn a lot of information and knowledge related to different school subjects inside the school which reflects on improving their academic achievement for these school subjects and the effectiveness of the educational process. This may be due to that sportive activities and team exercises shows are liked by all pupils and allow them to learn away from the effects of academic anxiety. Psychological tention and negative passivities that can be the reasons behind the level of academic achievement lowering.

So the idea of this work appeared as a trial to know the effect of exercises shows to the extent of achievement to some units of school subjects and some physical characteristics related to the fourth year primary pupils.

### **Aim of the study:**

The study aims to design exercise shows for fourth year primary pupils through recognizing:

- a) the effect of exercises shows performance for the first experimental group who carries out exercises show on the level of academic achievement for some school subject units and physical qualities related to the pupils.
- b) The effect of watching exercises shows for the second experimental group who watches the exercises show concerning

the level of achievement for some school subjects units and physical qualities related to the pupils.

- c) The effect of physical education lesson for control group who carries out a lesson in physical education concerning the achievement level for some school subjects units and physical qualities related to the pupils.
- d) The differences among the first experimental group, second experimental group and control group concerning the achievement level for some school subjects units and physical qualities related to the pupils.

### **Hypotheses of the study:**

- a) there are statistical differences significantly between the pre and post tests for the first experimental group concerning the level of physical qualities related to the pupils.
- b) There are statistical differences significantly between the pre and post tests for the second experimental group concerning the level of physical qualities related to the pupils.
- c) There are statistical differences significantly between the pre and post tests for the control group concerning the level of physical qualities related to the pupils.
- d) There are statistical differences significantly between the pre and post tests for the first experimental group, the second experimental group and the control group concerning the level & achievement for some school subjects units and physical qualities related to the pupils.

- e) There are differences in the improvement properties for the first experimental group, the second experimental group and the control group concerning the level of achievement for some school subjects units and physical qualities related to the pupils.

### **Study terms:**

#### **- Exercises shows:**

They are groups of positions, movements, and formations chosen according to scientific, educational, artistical and elegant principles, practiced by some individuals inside the group successively in open or close playgrounds with or without toob accompanied by suitable rythm for presenting it in the in front of the viewers to express a certain idea and the participant performance level which considered a form of exercises shows.

#### **- Educational achievement:**

It is the grade or the success level which individual achieve or reach in a school subject or an educational field or a certain training field.

### **Deductions and recommendations:**

#### **- Deductions:**

To the limit of the study sample and its characteristics and in the light of the study results, the following deductions were concluded:

- a) the first experimental group which used the exercises shows has been improved better than the second experimental group and the control group concerning the physical variables in the study.

- b) The use of exercises shows lead to raising the power, ability, flexibility, speed, elegance and harmony for the first experimental group pupils.
- c) The first experimental group has been improved better than the second experimental group and the control group in cognitive achievement in science.
- d) The first experimental group has been improved better than the control group in the cognitive achievement in social studies.
- e) The first experimental group has been improved better than the second experimental group and the control group in cognitive achievement in mathematics.
- f) The second experimental group has been improved better than the control group in cognitive achievement in science.
- g) The second experimental group has been improved better than the control group in cognitive achievement in social studies.
- h) The second experimental group has been improved better than the control group in cognitive mathematics.

### **Recommendations:**

- a) Benefiting from exercises shows in science subject in this study to simplify knowledge for primary stage pupils through practicing or observing them.
- b) Benefiting from the exercise shows for social studies subject in this study to simplify knowledge for primary stage pupils through practicing or observing it.

## **Abstract**

### **The Effect of Exercises Shows on The Achievements of some Educational Units and on The Physical Qualities which Related to The students of the first step Primary Stage.**

The study aims to identify the effect of Exercises Shows on The Achievements of some Educational Units and on The Physical Qualities which Related to The students of the first step Primary Stage

This by using experimental method through the experimental design of three groups , each contains 20 student , The first group conducted for the Exercises Shows ,while the second group watched the Exercises Shows and the third group was control.

The data collection tools, achieved by the determination of the physical qualities which related to the students of the first step Primary Stage , Building knowledge test .

The study reached to the following finding the first group excelled the second & control groups , while the second group excelled in under discussion variables.

The study recommend the exercises show should be taken in the consideretation of serving the educational subjects , also the useful aspects of Exercises Show and sports show of the subject under study in sampling the knowledge of the first year primary schools through practice or watching the exercises show.