

الخطة الفصلية للعام الأكاديمي 2026-2027



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج القطرية

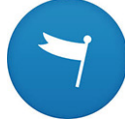
موقع المناهج ← المناهج القطرية ← الصف السابع ← تربية بدنية ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 2026-09-25 14:58:19

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب ا اختبارات الكترونية ا اختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك ا الامتحان النهائي ا للمدرس

المزيد من مادة
تربية بدنية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف السابع



صفحة المناهج
القطرية على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف السابع والمادة تربية بدنية في

الخطة الفصلية للعام الأكاديمي 2026-2027 م

المادة: التربية البدنية في المدارس الإعدادية

المستوى: الصف السابع

الفصل الدراسي: الأول

الشهر	الأسبوع	الوحدة	نواتج التعلم	كفايات التربية البدنية	النموذج التعليمي	الموضوع / السياق التعليمي
سبتمبر 2026	من 2026-08-30 إلى 2026-09-03	الوحدة الأولى: أسلوب حياتي النشط! مرحلة الوعي أفهم لأخطط!				
		- التعرف على مكونات اللياقة البدنية. - فهم مبدأ SPORT.				
	من 2026-09-06 إلى 2026-09-10	مرحلة التخطيط/ (التحمل الدوري التنفسي) كيف أبنى خطة شخصية مبسطة؟ - معرفة كيفية قياس معدل النبض في الراحة وعلاقته بصحة القلب والجهاز الدوري التنفسي. - التعرف على قياسات مبسطة للمرونة والتوازن، وربطها بالحالة البدنية العامة للطالب. - تحديد هدف شخصي مبسط لتنمية التحمل الدوري التنفسي، مع تضمين أهداف مساندة للمرونة والتوازن. - تصميم خطة نشاط بدني شخصية بسيطة تتضمن:	2.1.1 (7-9) Gيتحققون ويختارون استراتيجيات لتعزيز الصحة والرفاه؛ 2.1.2 (7-9) Gيقيّمون المعلومات الصحية ويعبرون عن المخاوف الصحية الخاصة بهم وبالأخرين؛ 2.1.3 (7-9) Gيضعون خطط أنشطة بدنية لأنفسهم وللآخرين ويلتزمون بها؛ 2.1.4 (7-9) Gيظهرون الإدارة الذاتية الفعّالة بمسؤولية لتعزيز ثقافة قطر الرياضية والمشاركة المستدامة في النشاط البدني؛ 2.1.5 (7-9) Gيظهرون سلوكيات أنشطة رياضية وبدنية إيجابية ومنضبطة تجاه الذات والآخرين كأساس لتطوير مشاركة اجتماعية مستدامة في النشاط البدني مدى الحياة؛ 2.2.1 (7-9) Gيشاركون في الأنشطة البدنية التي تعمل على تطوير مكونات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وبالأداء ويصممون ويتابعون خطط للأنشطة البدنية الشخصية واللياقة؛ 2.2.2 (7-9) Gيدركون ويلتزمون بعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، ويتخذون قرارات مستنيرة بشأن الصحة والنظام الغذائي والتربية البدنية والنشاط البدني؛ للارتقاء بالصحة البدنية والعقلية والاجتماعية.	تثمين النشاط البدني و النشاط البدني للصحة والرفاه	التربية البدنية للصحة	تعليم وتعزيز مبادئ اللياقة البدنية
	من 2026-09-13 إلى 2026-09-17	مرحلة التطبيق كيف أنفذ خطتي بفاعلية؟ - تطبيق أنشطة بدنية متنوعة لتنمية التحمل الدوري التنفسي مع الزملاء. - دمج تمرينات المرونة قبل النشاط وبعده بصورة مناسبة، مع التمييز بين الإطالة الحركية والإطالة الثابتة. - تطبيق أنشطة توازن بسيطة ومركبة أثناء الحركة، بما يدعم جودة الأداء والتحكم في الجسم.				
	من 2026-09-20 إلى 2026-09-24	- تنفيذ الخطة بصورة يومية في المدرسة أو خارجها، مع مراعاة التنوع بين أنشطة التحمل والمرونة والتوازن. - مراقبة الاستجابة البدنية أثناء النشاط، مثل: النبض، التنفس، الشعور بالإجهاد، ومدى التحكم الحركي. - توثيق مستوى الالتزام بالخطة باستخدام سجل متابعة مبسط. - الالتزام بقواعد السلامة، والتهئية، والهدئة، والعمل في حدود القدرة الفردية.				
	من 2026-09-27 إلى 2026-10-01	مرحلة المتابعة والتأمل كيف أقيم نجاح خطتي؟ - تقييم مستوى تحقيق الأهداف الشخصية المرتبطة بالتحمل الدوري التنفسي والمرونة والتوازن. - تحليل أثر الخطة على تطور:				

الاختبار العملي لمنتصف الفصل الدراسي الأول لمادة التربية البدنية				من 2026-10-04 إلى 2026-10-08	أكتوبر 2026
الاختبار النظري لمنتصف الفصل الدراسي الأول لجميع المواد الدراسية (أنشطة بدنية ترويجية)				من 2026-10-11 إلى 2026-10-15	
الاختبار النظري لمنتصف الفصل الدراسي الأول لجميع المواد الدراسية (أنشطة بدنية ترويجية)				من 2026-10-18 إلى 2026-10-22	
إجازة منتصف الفصل الدراسي الأول				من 2026-10-25 إلى 2026-10-29	
ألعاب هجومية - كرة قدم أو ألعاب هجومية - كرة يد أو ألعاب هجومية - كرة سلة	تعليم الألعاب من أجل الفهم TGfU	الكفاية الحركية تقدير الحركة من الناحية الجمالية	1.1.1 (7-9) G يحللون الوعي بالجسد ويصقلون الأداء بفاعلية في سياقات الأنشطة المختلفة بدقة فنية متقدمة بطلاقة ورشاقة، وتحكم وتوازن وتوافق.	من 2026-11-01 إلى 2026-11-05	نوفمبر 2026
			1.2.1 (7-9) G يحللون ويطورون الوعي بالمساحات والجهد والزمن والعلاقات ليؤدوا بفاعلية في سياقات الأنشطة المختلفة مع مراعاة الدقة الفنية المتقدمة والرشاقة، والتحكم، والتوازن، والتوافق.		
			1.3.1 (7-9) G يقومون بتحليل مكونات الإستراتيجية التركيبية المتقدمة والاستراتيجيات المتقدمة للهجوم والدفاع التي تعمل على تطوير الجسم؛		
			1.3.2 (7-9) G يتخذون قرارات مستنيرة لأداء فعال في سياقات أنشطة متنوعة بإبداع وتحكم وبطلاقة ودقة فنية متقدمة، ورشاقة، وتوازن وتوافق.		
			3.3.1 (7-9) G يحددون مواطن القوة والضعف في أدائهم ويستخدمون المصطلحات المناسبة لوضع أهدافهم الشخصية ويرتبون أولوياتها؛	من 2026-11-08 إلى 2026-11-12	
			3.3.2 (7-9) G يستخدمون أنماط التفكير المختلفة لاتخاذ قرارات مدروسة للتحرك بكفاءة؛		
			3.3.3 (7-9) G يطورون قدراتهم في صناعة القرارات كأفراد ومجموعات وفرق بهدف وضع الإجراءات وتنفيذها للنهوض بالتربية البدنية والرياضات المدرسية والمجتمعية والأنشطة البدنية المختلفة.		
			أقيم أدائي		
				من 2026-11-15 إلى 2026-11-19	
				من 2026-11-22 إلى 2026-11-26	
				من 2026-11-29 إلى 2026-12-03	
				من 2026-12-06 إلى 2026-12-10	
				من 2026-12-13 إلى 2026-12-17	ديسمبر 2026
				من 2026-12-20 إلى 2026-12-31	

ملاحظات:

كفايات الإطار العام للمنهج الوطني يتم تحقيقها ضمناً من خلال كفايات التربية البدنية.

