



مشاهدة مقطع مرئي بعنوان "تجربتي مع الرياضة" والمناقشة حول المقطع بعده.
وقت النشاط: نصف ساعة.

تحرص المعلمة على الاستعانة بأحدهم لترجمة المقطع للطالبات أو تشرحه لهن.



نشاط تحضيري

تعليم تعاوني

استراتيجية التنفيذ

تقوم الطالبات بالمشاركة في التعليم التعاوني المشترك في التعريف بأنواع الرياضات المختلفة المناسبة لهن، بحيث تتحدث كل طالبة عن رياضتها المفضلة التي تنوي المواظبة عليها.

فكرة النشاط

١. لماذا اخترت هذه الرياضة بالذات.
٢. الصعوبات التي سأواجهها عند الالتزام بهذه الرياضة.
٣. المنافع الجسدية والنفسية والاجتماعية التي ستعود علي من هذه الرياضة.
٤. من سيساعدني؟ وكيف؟
٥. نيتي أثناء ممارسة هذه الرياضة.

محتوى النشاط

١. تحرص المعلمة على تنبيه الطالبات إلى التنوع بين أنواع الرياضات التي تتحدث عنها الطالبات.
٢. تعطي المعلمة وقتاً يسيراً للطالبات قبل حديثهن.
٣. تراعي المعلمة سن الطالبات وتقدم لهن العون أثناء الحديث.
٤. الغرض من النشاط تحفيز الطالبات على تحقيق ما تحدثن عنه.

إرشادات التنفيذ

ساعتان



مدة النشاط

١. إقبال الطالبات على المتحدثة منهن بنهم وإنصات وتفاعل.
٢. سؤال الطالبات للمعلمة على خطوات تنفيذ أفكارهن بخصوص الرياضة المختارة.
٣. نسبة مشاركة الطالبات بالنسبة إلى العدد الإجمالي في المحضن.



مؤشرات نجاح البرنامج

التزام الطالبة بممارسة رياضة يومية بنسبة انتظام مقبولة.



مؤشرات اكتساب المعيار

اكتبي هدفا خاصا بك لتحقيقه خلال شهرين وآخر خلال ستة أشهر يتعلق بالرياضة التي اخترتها لنفسك للدوام عليها بشكل منتظم.



نشاط كراس الطالبة