



# التربية البدنية والصحية

الإطار العام لمعايير المناهج 2014م



# التربية البدنية والصحية

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتوى
المعايير الجديدة للقرن الحادي والعشرين	
7	مقدمة
9	أهمية المعايير في التعليم والتعلم
11	منهجية تطوير المعايير
14	مهارات القرن الحادي والعشرين
17	سجل مواصفات الطالب الإماراتي
معايير مادة التربية البدنية والصحية	
21	لمحة عن التربية البدنية والصحية
23	الأفكار الرئيسة لمادة التربية البدنية والصحية
27	طرائق التعلم في درس التربية البدنية والصحية
28	طرائق تدريس مادة التربية البدنية
30	معايير المحتوى التعلم بحسب الحلقة الدراسية والصفوف
31	العدد والنسب المئوية لنواتج التعلم بحسب الصف والمجال والمجال الإدراكي
34	المعايير ونواتج التعلم بحسب الصف
77	المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور
117	معايير الأداء بحسب الصف

الصفحة	المحتوى
--------	---------

### توصيات تتعلق بالتطبيق

139	تخصيصات الوقت لمادة التربية البدنية والصحية
139	التخطيط للدروس الفعالة
143	التقويم الفعال للمهارات والمعرفة
144	التقويم لإطار التعلم (التقييم المستمر)
148	التقويم النهائي - تقييم التعلم
148	الإستراتيجيات العملية لتنفيذ معايير المحتوى بفاعلية
149	معايير التطوير المهني الفعال
154	خصائص دليل المعلم الفعال
155	خريطة المفاهيم والمهارات (مصفوفة المدى)
160	مسرد المصطلحات

### المصادر والمراجع

162	مصادر التربية البدنية والصحية الإلكترونية اللغة العربية عالية الجودة
163	مصادر التربية البدنية والصحية الإلكترونية اللغة الإنجليزية عالية الجودة
164	المراجع

### قائمة الجداول والأشكال

10	الشكل (1): مراحل بناء معايير التعلم
11	الجدول (1): منهجية تطوير نواتج التعلم
12	الشكل (2): هرم وثيقة المعايير
12	الجدول (2): الخصائص التقنية لمعايير التعلم عالمية المستوى وعالية الجودة
13	الشكل (3): ملخص مستويات عمق المعرفة
15	الجدول (3): المعايير الشاملة وموضوعات القرن الحادي والعشرين

تابع/قائمة الجداول والأشكال

الصفحة	المحتوى
18	الجدول (4): سجل مواصفات الطالب الإماراتي بحسب الحلقة
23	الجدول (5): الأفكار الرئيسة لمادة التربية البدنية والصحية
31	الجدول (6): النسب المئوية لنواتج التعلم بحسب المجال
32	الجدول (7): عدد نواتج التعلم بحسب المجال
139	الجدول (8): التخصيص الوقت لمادة التربية البدنية والصحية
140	الجدول (9): نموذج تخطيط الدرس
140	الجدول (10): نموذج للدرس (1)
141	الجدول (11): نموذج للدرس (2)
141	الجدول (12): نموذج للدرس (3)
142	الجدول (13): نموذج للدرس (4)
144	الشكل (4): التقييم التشخيصي وحلقة التعلم
145	الشكل (5): مفهوم التقويم المستمر
152	الشكل (6): نموذج تصميم البرنامج التدريبي للمعلمين



# التربية البدنية والصحية

مقدمة

قامت دولة الإمارات العربية المتحدة - وزارة التربية والتعليم بوضع تصور لمجموعة من معايير التعلم من مرحلة رياض الأطفال وحتى الصف الثاني عشر تهدف لإرشاد المربين وتوجيههم نحو تبني منهاج دراسي أكثر صلة بالواقع وأكثر التزاماً وشمولية وتكاملاً يستهدف الجيل القادم من الإماراتيين، لذا فقد قام فريق من الخبراء بوضع معايير مادة التربية البدنية والصحية، لتمثل أسلوباً منظماً ومنسقاً نحو إعداد جيل من الطلبة يتمتع بالصحة والعافية في بيئة صحية مدرسية، وتهدف هذه المعايير إلى مواجهة التحديات المتمثلة في الحفاظ على نمط حياة صحي متكامل يشمل اشباع الميول والهوايات الرياضية المختلفة للطلبة داخل المدرسة وكذلك التصدي للمشاكل الصحية التي تواجه العالم كأمراض قلة الحركة وأمراض سوء التغذية (السمنة والنحافة) والأمراض المرتبطة بها.

فمعايير المادة بمجالها التربويين الجسدية والشخصية، وتقدم بيئة تعليمية ذات مغزى تبعث على التحدي لجميع الطلبة بهدف إكسابهم مختلف المهارات وتعزيز قدراتهم على استيعاب المفاهيم البدني إلى: البدني والصحي توفر محتوى حركي ومعرفي وعاطفي ووجداني، فضلاً على شمولها لخبرات التعلم التي من شأنها التعزيز الأمثل للتنمية

- التركيز على الحركة لاكتساب اللياقة البدنية، وبشكل يُمكن الطلبة من تطوير مهاراتهم البدنية والحركية والتمتع بمجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية.
- تسهيل قدرة المتعلم على استخدام مختلف المعلومات المعرفية لفهم وتعزيز أدائه للمهارات الحركية، بهدف تمكينه من التحكم الحركي أو الأداء المباشر لمختلف الحركات والأنشطة الرياضية.
- الاهتمام بالمشاركة المنتظمة في الأنشطة الرياضية والبدنية للتحكم بالوزن وتنمية عضلات الجسم والتمتع بالحياة من باب التحدي والتعبير عن الذات والتفاعل مع الآخرين للحفاظ على نمط حياة صحي متكامل وفعال.

- احترام أكبر لجسم الإنسان وفهم كيفية تعزيز النشاط البدني لصحته وثقته بنفسه وعكس صورة ذاتية إيجابية، وبالتالي التمتع بلياقة بدنية ورشاقة عالية مدى الحياة.
- الربط بين عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والمهارة الحركية وصولاً للكفاءة البدنية الضرورية واللازمة للتأقلم مع الكثير من ظروف العمل المختلفة والنافعة للحياة.
- التركيز على اتباع سلوك مسؤول واحترام الاختلافات في إعدادات الأنشطة البدنية لتعزيز الممارسة الآمنة لمختلف الرياضات والتقييد بالقواعد والإجراءات وآداب السلوك والتعاون والعمل الجماعي والأخلاقيات والتفاعل الإيجابي مع الآخرين، بغض النظر عن الثقافة، أو العرق، أو الأداء الحركي، أو الإعاقة، أو السمات البدنية، أو الجنس، أو العمر، أو الحالة الاجتماعية والاقتصادية.

كما تشمل معايير المجال الصحي كالجوانب البدنية والعقلية والعاطفية والاجتماعية، وتُمكن الأطفال والشباب من أن يصبحوا أفراداً أصحاء منتجين، ويطبّقون السلوكيات والممارسات الصحية في مختلف مراحل عمرهم تطبيقاً

خطة للتثقيف الصحي المدرسي تتميز بأنها تسلسلية وشاملة للدروس تبدأ من مرحلة رياض الأطفال وصولاً للمرحلة الثانوية، وتتطرق لمختلف الجوانب الصحية

لدعوة الإسلام إلى بناء الجسم السليم وتطوير القدرات الذاتية، لقوله تعالى ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ (سورة التين) حيث يهدف المجال الصحي إلى:

- تطوير خطط اللياقة البدنية الشخصية يقوم من خلالها الطلبة بشرح فهمهم لأهمية النشاط البدني للحياة وإدماج التغذية الجيدة للحفاظ على الصحة والتحكم بوزن الجسم.
- مهارات الاتصال والتواصل وغيرها من إستراتيجيات الصحة النفسية والعاطفية.
- القدرة على الوصول إلى المعلومات والموارد الصحية واستخدامها وتحديد مدى سلامتها وصحتها.
- تحليل المعلومات حول مختلف المسائل الصحية والعمل على تنظيمها ومقارنتها وتدعيمها وتقييمها بهدف تثقيف الطلبة حول المسائل الصحية وجعلهم أكثر مسؤولية وإنتاجية.
- خلق الوعي حول العوامل الخارجية التي تؤثر على الوصول إلى المعلومات والموارد الصحية، كالأُسرة والزميل والمدرسة والمجتمع ووسائل الإعلام ووسائل التقنية والمعتقدات الثقافية.
- القدرة على توظيف واستخدام إستراتيجية وضع الأهداف واتخاذ القرارات التي تهدف إلى تعزيز الصحة.
- المعرفة والمفاهيم المتعلقة بمختلف الأمراض والاضطرابات والإصابات.
- القدرة على تعزيز ودعم الصحة الإيجابية على المستوى الشخصي والأسري والمجتمعي ككل.
- فهم الآثار المترتبة على التدخين وتعاطي المخدرات والمنشطات وشرب الكحوليات، وغيرها من المواد التي يتم الحصول عليها دون وصفة طبية، وفهم تركيبها وآثارها على الجسم.
- معالجة مشاكل الصحة العامة على مستوى العالم والعوامل المتعلقة بالصحة البيئية والوقاية من الأمراض والاضطرابات الناجمة عن عوامل مختلفة كالتلوث والنفايات والملوثات والمياه غير النظيفة ومعالجة مياه الصرف الصحي.
- منع الإصابات من خلال الحد من عوامل الخطر وممارسة السلوكيات الآمنة ودعوة الآخرين للقيام بالشيء ذاته.
- دراسة فرص مواصلة التعليم والمهنة في مجال الصحة واللياقة البدنية والذي يكبر ويتوسع يوماً بعد يوم.



# التربية البدنية والصحية

## أهمية المعايير في التعليم والتعلم

**أولاً:** يمكن للتوزيع العام لمعايير التعلم أن يطلق مناقشات وطنية حول ما هو مهم بالنسبة للتربويين من حيث ما يتوجب عليهم أن يقوموا بتدريسه، وما ينبغي على الطلبة أن يعرفوه وأن يكونوا قادرين على القيام به، تؤكد مثل هذه المناقشات على أهمية عمل المدارس وأولياء الأمور والمجتمعات المحلية جنباً إلى جنب لدعم الأهداف التعليمية.

**ثانياً:** يمكن لمعايير التعلم أن توجه عملية تطوير المنهاج، الأمر الذي يحدد بدوره ما الذي ينبغي أن تغطيه عمليتي التدريس والتقييم.

**ثالثاً:** تمثل معايير التعلم المرجع الأساسي للكتب الدراسية ومواد التعليم والتعلم والموارد، كالكتب الأدبية والمعلوماتية باللغتين الإنجليزية والعربية، والدخول الي شبكة الإنترنت، والمواد المرجعية المطبوعة، كما توجه معايير التعلم عملية التطوير المهني للمعلمين، لتساعدهم على التأكد من تدريس جميع الطلبة بفاعلية، توفر معايير التعلم توقعات واضحة لجميع الطلبة، وتسمح بالإعداد والتواصل والأداء الأفضل بين المعلمين ومديري المدارس والمديرين التربويين وأولياء الأمور وقادة نظام التعليم.

ولا يمكن للمعايير بحد ذاتها رفع مستوى تحصيل الطلبة أو تحسين أداء نظام التعليم، لكن بوسعها دعم التخطيط لعملية التدريس والقرارات البرمجية على جميع مستويات التعليم (مثال: مستوى مدرسة أو الإمارة أو وزارة التربية والتعليم).

فعلى سبيل المثال، يمكن للاختصاصيين في الوزارة أن يصمموا المنهاج بحيث تكون مواد وممارسات التدريس والتقويمات متوافقة بشكل كبير مع المعايير، وأن يدعموا المعلمين في تنفيذ المنهاج الجديد من خلال تقديم التدريب للمعلمين قبل وأثناء التحاقهم بالمهنة، وتوظيف التقويمات عالية الجودة للتأكد من تعلم الطلبة للمحتوى والمهارات المفصلة في المعايير، ويمكن للتربويين العاملين على مستوى الإمارة أو حتى على مستوى المدرسة أن يحلوا احتياجاتهم المحلية، ويحددوا ما هو الأفضل كي تتوافق عملية التدريس مع المعايير الوطنية، بحيث تخدم المجتمع المحلي.

فالتوافق مع الرؤية الوطنية يمثل أحد الجوانب الرئيسة للتحصيل العالي، في حين يمثل الوعي بالاحتياجات المحلية الجانب الآخر<sup>(1)</sup>.

### الاستفادة من تجارب الآخرين في تطوير معايير التعلم:

في السنوات الماضية كانت هناك محاولات لتطوير المعايير في عدة دول منها مثل استراليا، (STELLA)، والمملكة المتحدة، (the National Curriculum) ونيوزيلندا، (Understanding the Standards) والولايات المتحدة، (Common Core Standards Initiative)، طورت ونفذت معايير تعلم للطلبة تتميز بوضوحها واتساقها، وتتطلب قدرات وجهود، وتم نشر هذه المعايير بين المعنيين، وقد أظهرت هذه البلدان مستويات عالية من حيث الأداء التعليمي في التقييمات الدولية مثل الاتجاهات في الدراسة الدولية للرياضيات والعلوم والبرنامج الدولي لتقويم الطلبة، وتتميز هذه البلدان بإيمانها الراسخ بأن جميع الطلبة عبارة عن متعلمين نشطين وناجحين، وبأن جميع المعلمين يمتلكون القدرة على التدريس الدقيق الذي يشكل تحدياً بالنسبة للطلبة ويحفزهم على التعليم وتؤكد هذه الاستنتاجات على ان تنفيذ معايير التعلم الدقيقة يؤدي بالمثل إلى التحصيل العالي، وقد استرشدت رؤية دولة الامارات العربية المتحدة المتعلقة بمعايير التعلم بالبيانات المستقاة من التقييمات الدولية كالبرنامج الدولي لتقويم الطلبة والإيمان بعملية التعليم والتعلم.

### منهجية ومراحل بناء معايير التعلم/دولة الإمارات العربية المتحدة:

<p>تطوير معايير التعلم الوطنية الحالية لدولة الإمارات العربية المتحدة لكل المواد الدراسية وفي جميع المراحل التعليمية على ضوء إطار المفاهيم.</p> <p><b>4</b></p>	<p>بناء إطار المفاهيم لمعايير التعلم الوطنية، وتوضيح مركزاتها، وأهميتها، ومعارف ومهارات القرن 21، والأطر العالمية، وسمات خريج التعليم الإماراتي، ومعايير تعلم كل مادة دراسية لكل مرحلة دراسية، وعلاقة معايير التعلم بجميع مدخلات العملية التعليمية التعليمية<sup>3</sup>.</p> <p><b>2</b></p>	<p>استعراض معايير التعلم الوطنية الحالية في دولة الإمارات العربية المتحدة ومقارنتها بالمعايير العالمية بالاستفادة من نتائج وتوصيات دراسة واقع المناهج الدراسية وتقويم تعلم الطلبة.</p> <p><b>1</b></p>	<p>دراسة واقع المناهج الدراسية، وتقويم تعلم الطلبة لتحديد نواحي القوة لتعزيزها والجوانب التي تحتاج إلى تطوير والعمل على تطويرها.</p>
---	---	--	--

<p>مقارنة المعايير المحلية لدولة الإمارات العربية المتحدة مع مختلف المعايير العالمية وتعديل نواتج التعلم المحلية لكل معيار مع الحرص على المحاذاة العمودية والأفقية.</p> <p><b>8</b></p>	<p>إعادة النظر في المعايير المحلية لدولة الإمارات العربية المتحدة من أجل تحديد المعايير لكل محور وحلقة وصف في مختلف أنظمة المعايير.</p> <p><b>7</b></p>	<p>استعراض المعايير المحلية في دولة الإمارات العربية المتحدة على مستوى المحاور وملاحظة ارتباطها بالمجال والحلقة والصف.</p> <p><b>6</b></p>	<p>استعراض المعايير المحلية لتحديد المجالات المستخدمة حالياً ومقارنتها مع مختلف المعايير العالمية.</p> <p><b>5</b></p>
---	---	--	--

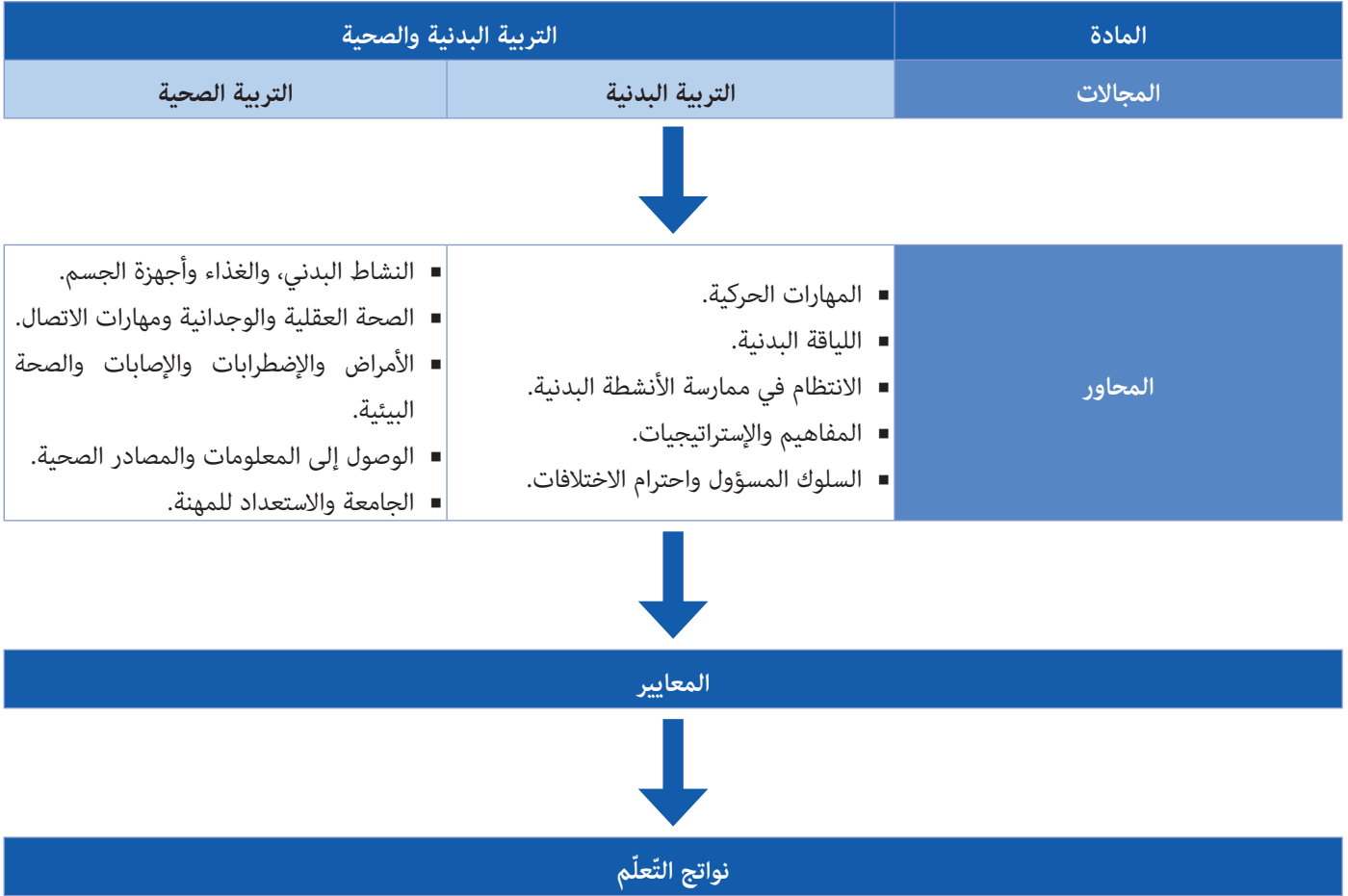
الشكل رقم (1) مراحل بناء معايير التعلم

(1) مقتبس بتصرف عن وثيقة (Learning Standards: What Matters Most for Quality Education) التي طورتها المعاهد الأمريكية للبحوث للبنك الدولي.

## منهجية تطوير معايير التربية البدنية والصحية:

بدأت عملية تطوير هذه المعايير بالاتفاق على أن التنظيم المنهجي لمعايير التعليم والتعلم عالية الجودة ضمن مادة دراسية على شكل مجالات ومحاور، ومن ثم على شكل معايير ونواتج تعلم تحدد مادة التربية البدنية والصحية المطلوب تعليمها وتعلمها على أساس كل صف بعينه. يظهر الجدول أدناه الجدول (1) مجالات الصفوف من الروضة وحتى الثاني عشر والمحاور المحددة لكل صف، والتي يتم من خلالها تطوير المعايير ونواتج التعلم على مستوى الصف الواحد.

### الجدول (1): يوضح منهجية تطوير المعايير:



### التعريف بالمصطلحات الرئيسة للوثيقة:

- المادة الدراسية: هي الجانب الذي يتركز عليه اهتمام المنهاج، وتمثل أول مستويات التحليل في هيكل المعايير.
- المجالات: هي العناصر الرئيسة في المادة الدراسية.
- المحاور: هي الموضوعات الرئيسة التي تتشكل منها المجالات.
- المعايير: هي الأهداف الأوسع نطاقاً ضمن كل محور من المحاور، وتحدد بحسب الصف.
- نواتج التعلم: هي أدنى مستويات التحليل في هيكل المعايير، ونواتج التعلم هي الناتج المتوقع من التعلم بحسب المرحلة الصفية، والتي يتطلب تحقيقها، وهي ما يتوجب على المعلمين أن يستهدفوه من خلال عملية التدريس، ويجب أن تتوافق خطط الدرس مع نواتج التعلم، كما هو الحال بالنسبة لجميع المواد التدريسية وأدوات الاختبار. (ويوضح الشكل رقم (2) هرم وثيقة المعايير).

## ملحوظة:

تغطي المجالات والمعايير والمحاور جميع الصفوف من الروضة وحتى الثاني عشر وهي موحدة، أمّا بالنسبة لنواتج التعلم فتتسم بالمرونة عند استخدامها في خطة الدرس وتصميم المواد وغيرها من الأنشطة التربوية، وتدرج في مستوى صعوبتها من صف إلى صف آخر.



الشكل رقم (2) هرم وثيقة المعايير

إضافة إلى الهيكل الهرمي الموضح سابقاً، تم الاتفاق على أن (المعايير عالمية المستوى) تمتلك الخصائص الفنية المعرفة في الجدول (2).  
الجدول (2): يوضح خصائص التقنية لمعايير التعلم عالمية المستوى وعالية الجودة.

1. موضوعة ضمن إطار: المعايير منبثقة من رؤية دولة الإمارات العربية المتحدة وإستراتيجيتها التعليمية.

2. متتابعة وفقاً لمراحل النمو لدي الطلبة: معايير المحتوى متتابعة في بنائها ومبنية على بعضها، وتعكس التطور في عملية التعلم - وفق مراحل النمو لدى الطلبة ونتائج البحوث العلمية ذات الصلة.

3. محددة بحسب المادة والصف: معايير مرتبطة بمجالات دراسية محددة وبصف أو عمر محدد.

4. واضحة: المعايير مكتوبة بأسلوب واضح ومفهوم ومصحوبة بالأمثلة.

5. مشتركة: معايير متوقعة لجميع الطلبة.

6. موضوعية وخالية من التحيز: معايير موضوعية تنطبق على جميع الطلبة بغض النظر عن العمر والجنس والمستوى الاجتماعي والاقتصادي...إلخ.

7. تركز على أفكار كبيرة: معايير تركز على المفاهيم الأساسية والمهمة للمادة وليس على التفاصيل أو النطاقات الكلية للمفاهيم.

8. قابلة للتطبيق: معايير موضوعية ضمن نطاق مقبول من المعرفة والمهارات بحيث يمكن ترجمتها إلى أنشطة صافية ملائمة.

9. قابلة للقياس: معايير قابلة للملاحظة بحيث يمكن استخدامها لتطوير أطر التقويم.

10. مرتبطة بنقاط مرجعية دولية: تسترشد المعايير بمحتوى وتنظيم المعايير في البلدان ذات الأداء العالي.

11. صحيحة ويمكن تفسيرها/شرحها بسهولة: يمكن لمستخدمي التقويم أن يستخدموا أو يشرحوا ويفسروا المعايير بالشكل الصحيح.

12. غير عشوائية: توجد أسباب محددة وواضحة ومبررة لتحديد الدرجات الفاصلة على مقياس الأداء.

13. مترابطة: معايير المحتوى والعمليات والأداء مترابطة مع بعضها بعضاً.

14. مراعية للسياق والثقافة: معايير مستندة إلى احتياجات المجتمع الذي طورت فيه.

### مستوي المعالجة الإدراكية لنواتج التعلم:

- تظهر هذه المعالجة المستوي الإدراكي لكل ناتج من نواتج التعلم بمعنى آخر درجة تعقيد المهارة التي يقوم الطالب بتطويرها، وهناك ثلاثة مستويات للمعالجة الإدراكية كما هي مبينة ضمن الشكل (3) يوضح ملخص مستويات عمق المعرفة (Webb 2002).
- تبدأ من المستوى الأكثر سهولة الذي يشتمل على التذكر والحفظ أو إعادة إنتاج المعرفة أو أداء العمليات البسيطة المستوى (1) مروراً بمستوى أكثر تعقيداً من مستوى إظهار الاستيعاب للمفاهيم أو أداء العمليات الأكثر تعقيداً المكونة من عدة خطوات المستوى (2) وصولاً إلى المستوى الأكثر صعوبة الذي يشتمل على الفهم العميق والتفكير المنطقي بالمعلومات المعقدة والمجردة المستوى (3).
- تعين مثل هذه المعلومات المعلمين على فهم مدى ما تتطلبه مهارة معينة (ناتج التعلم) كي يتمكن الطالب من تطويرها، وبالتالي معرفة حجم الجهد المطلوب للتأكد من اكتساب الطلبة للمهارة المستهدفة.
- ونذكر هنا بأن الغاية هي دائماً استهداف مهارات المستوى الأكثر صعوبة المستوى (3) على الرغم من أن بعض الطلبة قد يجدون صعوبة في إنجاز مهام هذا المستوى.

المستوى	اسم المستوى	تعريف المستوى	المهارات الشائعة في هذا المستوى
1	التذكر والحفظ وإعادة إنتاج المعرفة	التركيز على الحقائق والتعريفات والمصطلحات، إلخ أو أداء عمليات بسيطة.	إعداد قائمة، تحديد الموقع، وصف السمات الرئيسية، تحديد، تعريف.
2	المهارات والمفاهيم	استخدام مهارات أكثر تعقيداً لإظهار الاستيعاب للمفاهيم، أو العمليات الأكثر تعقيداً ومتعددة الخطوات.	شرح، وصف التفاصيل، تصنيف، توقع، مقارنة السمات الرئيسية.
3	التفكير الإستراتيجي الموسع	يتطلب المنطق والفهم العميق للمعلومات المعقدة والمجردة.	حل، اقتراح، تقييم، شرح، تعميم، إنشاء، تطوير، مقارنة التفاصيل، تحليل، تلخيص.

الشكل رقم (3) ملخص مستويات عمق المعرفة

## مهارات القرن الحادي والعشرين:

سيحتاج الطلبة لممارسة تشكيل القيادة فريقهم، واختيار المهارات التكنولوجية لإجراء البحوث، وحل المشكلات، بالإضافة إلى التواصل وإيجاد الطرائق لتطوير حلولهم. سيحتاج الطلبة أيضًا إلى العمل في فرقٍ متنوعة، وتحديد أهدافهم والنتائج والجدول الزمني؛ كما أنهم سيستخدمون المبادرة والإنتاجية وحلولها. والمسائلة. سوف يحتاج الطلبة أيضًا إلى تحليل المنتجات الإعلامية الحالية وإيجاد منتجاتهم الخاصة وذلك بهدف نشر وإبراز مشاكلهم وحلولها.

### يستطيع الطالب ذو الكفاءة البدنية القيام بالتالي:

- إثبات الكفاءة في مجموعة متنوعة من المهارات الحركية وأنماط الحركة التي تعود بالفائدة على تطوير الشخص بصورة كلية.
- التطوير المستمر للحافز والقدرة على الفهم والتواصل وتطبيق وتحليل المفاهيم والمبادئ والإستراتيجيات والأساليب التي لها صلة بالحركة والأداء.
- القدرة على القيام بالعديد من الحركات بكل ثقة وكفاءة وبأسلوب خلاق وإستراتيجي في مجموعة واسعة من الأنشطة المتصلة بالصحة.
- التمتع بالسلوك النموذجي المسؤول بالإضافة إلى احترام أوجه الاختلاف أثناء إجراء الخيارات الصحية التي تعود بالنفع والاحترام عليه وعلى الآخرين وبيئتهم.
- إدراك قيمة النشاط البدني على كل من الصحة الجسدية والمتعة والتحدي والتعبير عن الذات والتواصل الاجتماعي.
- يمتلك الطالب الذي يتمتع بثقافة واسعة بمجال الصحة القدرة على امتلاك ومعالجة وفهم المعلومات والخدمات الصحية الأساسية اللازمة لاتخاذ القرارات الصحية المناسبة والكفاءة لاستخدام تلك المعلومات والخدمات في سبيل تعزيز الصحة.

### يتمتع الطالب ذو الثقافة الصحية بالقدرة على:

- الحصول على المعلومات الصحيحة والمنتجات والخدمات في سبيل تعزيز الصحة.
- تحليل مدى تأثير الأسرة والأقران والثقافة والإعلام والتكنولوجيا وغيرها من العوامل على السلوكيات الصحية.
- ممارسة السلوكيات المعززة للصحة وتفادي المخاطر الصحية أو الحد منها.
- استخدام مهارات التواصل المتبادل بين الأشخاص بهدف تعزيز الصحة وتفادي المخاطر الصحية.
- استخدام تحديد الأهداف ومهارات اتخاذ القرارات لتعزيز الصحة.
- إدراك وفهم المفاهيم المتعلقة بتعزيز الصحة والوقاية من الأمراض.
- تأييد حماية الصحة الشخصية وصحة كل من الأسرة والمجتمع.

## الجدول (3): المعايير الشاملة وموضوعات القرن الحادي والعشرين:

المعايير الشاملة وموضوعات القرن الحادي والعشرين	
معرفة بكيفية اتخاذ القرارات الاقتصادية الشخصية الملائمة.	المعرفة بالأمور المالية والاقتصادية والأعمال التجارية
فهم دور الاقتصاد في المجتمع.	
استخدام المهارات الريادية لتعزيز إنتاجية مكان العمل والخيارات المهنية.	
الحصول على المعلومات والخدمات الصحية الأساسية وتفسيرها وفهمها واستخدام تلك المعلومات والخدمات بطرائق تعزز الصحة.	المعرفة بالصحة
فهم التدابير الوقائية الخاصة بالصحة البدنية والعقلية، بما في ذلك النظام الغذائي السليم والتغذية والتمارين الرياضية وتجنب المخاطر والتخفيف من الضغط والإجهاد.	
استخدام المعلومات المتوفرة للخروج بقرارات ملائمة تتعلق بالصحة.	
فهم وتناول قضايا عالمية.	الوعي العالمي
التعلم والعمل بالتعاون مع أفراد يمثلون ثقافات وديانات وأنماط حياتية متنوعة بروح الحوار المتبادل والمفتوح على المستوى الشخصي وعلى مستوى العمل والمجتمع المحلي.	
فهم لغات وثقافات الأمم الأخرى، بما فيها استخدام لغات غير اللغة الإنجليزية.	
إظهار معرفة وفهمًا بالبيئة والظروف المحيطة التي تؤثر بها، وخصوصًا فيما يتعلق بالهواء والمناخ واليابسة والغذاء والطاقة والماء والأنظمة الإيكولوجية.	المعرفة بالبيئة
إظهار معرفة وفهمًا لتأثير المجتمع على العالم الطبيعي مثل (النمو السكاني، التنمية السكانية، معدل استهلاك الموارد، ...إلخ).	
دراسة قضايا بيئية وتحليلها والخروج باستنتاجات دقيقة حول الحلول الفعالة. اتخاذ الإجراءات الفردية والجماعية تجاه معالجة التحديات البيئية مثل: (المشاركة في إجراءات عالمية، تصميم الحلول التي تُستوحى منها إجراءات معينة للقضايا البيئية).	
المشاركة الفعالة في الحياة الوطنية من خلال المعرفة بكيفية البقاء على اطلاع وفهم بالعمليات الحكومية.	المعرفة بالشؤون الوطنية
ممارسة حقوق وواجبات المواطنة على المستوى المحلي، ومستوى الإمارة، والمستوى الوطني والعالمي.	
فهم الآثار المحلية والعالمية للقرارات الوطنية.	



### تابع/الجدول (3): المعايير الشاملة وموضوعات القرن الحادي والعشرين:

مهارات القرن الحادي والعشرين الجامعة والعمل	ح 1 (5 - k) الروابط مع التعلم	ح 2 (6 - 9) الروابط مع التعلم	التعليم الثانوي (10 - 12) الروابط مع التعلم
<b>مهارات التعلم والابتكار</b>			
التفكير الناقد وحل المشكلات	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال تعلم التفكير المنطقي بحسبما يناسب الحالة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز تعلم التفكير المنطقي؛ تقديم التفكير المنطومي - كيفية عمل الوظائف الرياضية مع بعضها البعض.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان التفكير الاستنباطي والاستقرائي؛ تعزيز التفكير المنطومي بما يسمح للطلبة بإظهار كيفية عمل الوظائف الرياضية مع بعضها البعض؛ تعلم كيفية حل المسائل من خلال الحكم عليها بواسطة التحليل.</li> </ul>
الإبداع والابتكار	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال التعلم لوضع وتنفيذ وإيصال الأفكار الجديدة للآخرين بفاعلية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز التعلم لوضع وتنفيذ وإيصال الأفكار الجديدة للآخرين بفاعلية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان التعلم لوضع وتنفيذ وإيصال الأفكار الجديدة للآخرين بفاعلية.</li> </ul>
تنفيذ الابتكارات	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال أنشطة التفكير الإبداعي، كاستثارة الأفكار.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز أنشطة التفكير الإبداعي، كاستثارة الأفكار.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان أنشطة التفكير الإبداعي، كاستثارة الأفكار.</li> <li>بلورة وصقل وتحليل وتقييم الأفكار الشخصية بهدف تحسينها ومضاعفة الجهود الإبداعية.</li> </ul>
الاتصال التعاون	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال التعلم لتوضيح الأفكار باستخدام مهارات الاتصال الشفوية والكتابية وغير اللفظية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز التعلم لتوضيح الأفكار باستخدام مهارات الاتصال الشفوية والكتابية وغير اللفظية.</li> <li>التعاون مع الآخرين لتكوين وتخطيط وتنفيذ مشروع صفي في مادة التربية البدنية والصحية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز التعلم لتوضيح الأفكار باستخدام مهارات الاتصال الشفوية والكتابية وغير اللفظية مع مجموعات متنوعة من الطلبة.</li> <li>التعاون مع الآخرين لتكوين وتخطيط وتنفيذ مشاريع صفية في مادة الرياضيات من خلال إظهار المرونة والاستعداد للقيام بالتنازلات لأجل تحقيق هدف مشترك.</li> </ul>
<b>مهارات المعلومات والإعلام والتكنولوجيا</b>			
المعرفة بالمعلومات والإعلام	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال التعلم للوصول إلى المعلومات بكفاءة وفاعلية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز التعلم للوصول إلى المعلومات وتقويمها بكفاءة وفاعلية وبشكل ناقد.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان الوصول إلى المعلومات وتقويمها بكفاءة وفاعلية وبشكل ناقد في حل المشكلات.</li> </ul>
المعرفة بتكنولوجيا المعلومات والاتصالات	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال التعلم لتطبيق التكنولوجيات الرقمية بفاعلية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز التعلم لتطبيق التكنولوجيات الرقمية بفاعلية من خلال استخدامها كأداة للبحث عن المعلومات وتنظيمها وتقويمها وإيصالها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان تطبيق استخدام التكنولوجية الرقمية بفاعلية من خلال استخدامها كأداة للغرفة الصفية لإيصال المشاريع الرياضية للطلبة الآخرين.</li> </ul>
<b>مهارات الحياتية والمهنية</b>			
المرونة والتكيف	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال تعلم وفهم أهمية تلقي الملاحظات والتعليمات من الطلبة الآخرين.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز فهم وأهمية تلقي الملاحظات والتعليمات من المعلمين ومن الطلبة الآخرين وكيفية التعامل مع المديح والإخفاق والنقد.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان أهمية تلقي الملاحظات والتعليمات من المعلمين ومن الطلبة الآخرين والتعامل مع المديح والإخفاق والنقد؛ والقدرة على الموازنة بين وجهات النظر والمعتقدات المختلفة أثناء حل المشكلات، إذ توجد أكثر من طريقة لحل المشكلة أو المسألة.</li> </ul>



### تابع/الجدول (3): المعايير الشاملة وموضوعات القرن الحادي والعشرين:

مهارات القرن الحادي والعشرين الجامعة والعمل	ح 1 (5 - k) الروابط مع التعلم	ح 2 (6 - 9) الروابط مع التعلم	التعليم الثانوي (10 - 12) الروابط مع التعلم
<b>تابع/مهارات الحياتية والمهنية</b>			
<b>المبادرة والتوجيه الذاتي</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال عملية التعلم لوضع الأهداف وإدارة الوقت والعمل باستقلالية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز تعلم عملية وضع الأهداف وإدارة الوقت والعمل باستقلالية من خلال مراقبة وتعريف وتحديد الأولويات في المهمات التي تستوجب إكمال المشروع.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان عملية وضع الأهداف وإدارة الوقت من خلال العمل باستقلالية واتباع الرقابة الذاتية وتحديد الأولويات في المهمات لتحقيق وتوضيح المبادرة.</li> </ul>
<b>المهارات الاجتماعية والثقافية</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال تعلم العمل ضمن المجموعات المتنوعة بإظهار الاحترام للثقافات المختلفة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز العمل بانسجام وتناغم ضمن المجموعات المتنوعة بإظهار الاحترام للاختلافات الثقافية؛ ومعرفة متى يجب التكلم ومتى يجب الاستماع (مهارات التواصل والاتصال - الاستماع والتحدث).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان العمل ضمن مجموعات متنوعة بإظهار الاحترام للاختلافات الثقافية؛ ومعرفة متى يجب التكلم ومتى يجب الاستماع؛ والاستجابة بانفتاح ذهني للأفكار والقيم المختلفة.</li> </ul>
<b>الإنتاجية والمساءلة</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال تعلم إدارة جميع أنواع المشاريع الفردية والجماعية للخروج بالنتائج المرجوة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز تعلم إدارة جميع أنواع المشاريع الفردية والجماعية للخروج بالنتائج المرجوة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان إدارة جميع أنواع المشاريع الفردية والجماعية للخروج بالنتائج المرجوة من خلال العمل بإيجابية وأخلاقية وتحمل مسؤولية النتائج، إيجابية كانت أم سلبية.</li> </ul>
<b>القيادة والمسؤولية</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إدخال المهارات القيادية من خلال استخدام مهارات حل المشكلات والمهارات الشخصية للفريق وتوجيهه لتحقيق هدف مشترك.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تعزيز المهارات القيادية من خلال استخدام مهارات حل المشكلات والمهارات الشخصية للتأثير في الفريق وتوجيهه لتحقيق هدف مشترك.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>إتقان المهارات القيادية من خلال استخدام مهارات حل المشكلات والمهارات الشخصية لرفع مستوى قوة الآخرين في التأثير في الفريق وتوجيهه لتحقيق هدف مشترك.</li> </ul>

### سمات الطالب الإماراتي:

يقدم هذا القسم خلفية تتعلق بتطوير سجل سمات الطالب الإماراتي، ويفصل هذا السجل النواتج المرغوبة في الطالب والتي يجب أن يقيها التربويون نصب أعينهم على الدوام باعتبارها

الأهداف الأوسع نطاقاً للتعليم المدرسي، إنها السمات الأخلاقية والشخصية والاجتماعية المقترنة بالأهداف الأكاديمية الواسعة التي يجب على الطلبة الشباب تطويرها ليصبحوا قادرين على المساهمة

في مجتمع سليم وحيوي، وهي متوفرة في كل حلقة من حلقات نظام التعليم، ويوضح (جدول 4) مواصفات الطالب الإماراتي بحسب الحلقة.

## مواصفات الطالب الإماراتي وسمات الخريج بنهاية كل مرحلة تعليمية:

المرحلة الثانوية	الحلقة الثانية	الحلقة الأولى	رياض الأطفال	السمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يظهر فهمًا وإتقانًا للمفاهيم الجبرية والهندسية والدوال المثلية والتفاضل والتكامل، ويوظف مهاراتها في حل مشكلات ذات سياقات مركبة.</li> <li>• يكامل بين معرفته بالمفاهيم والقوانين في الفيزياء والكيمياء وعلوم الأرض وعلوم الحياة في فهم الظواهر والأحداث المحيطة به وتفسيرها وإيجاد حلول لمشكلات مركبة في حالات مختلفة تحدث في محيطه الواقعي.</li> <li>• يظهر معرفة بالفنون المختلفة في اللغة العربية بما يمكنه من توظيفها في فهم أو إنتاج صور الإبداع الأدبي المختلفة من قصة ورواية وشعر ونثر، وبما يمكنه من فهم العلوم المختلفة والتعبير عنها بلغته الأم بسهولة واقتدار.</li> <li>• يوظف معجمه وحصيلته اللغوية (الإنجليزية) في التعبير عن نفسه وفي الحديث عن قضايا مجتمعية وبيئية واقتصادية في إطار من الدقة اللغوية المستندة إلى قواعد اللغة بما يعكس فهمًا عميقًا لتوظيف مهاراتها الأربع: القراءة، المحادثة، الكتابة والاستماع.</li> <li>• يظهر فهمًا واسعًا بتاريخ وجغرافية وتركيب مجتمع دولة الإمارات العربية المتحدة ومحيطها العربي والعالم أحيانًا بما يمكنه من بناء صورة لنظام عالمي قائم على التعددية الفكرية والاجتماعية والسياسية والتاريخية والدينية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يظهر معرفة بالأعداد الصحيحة والنسبية والحقيقية والنسب المئوية والعمليات عليها وبعض مفاهيم الإحصاء والاحتمالات والتعبير الجبرية والمعادلات والمتباينات والدوال والمفاهيم الهندسية.</li> <li>• يظهر فهمًا بتركيب جسم الإنسان ووظائف الأجهزة والأعضاء كما يظهر فهمًا بالأنظمة البيئية والحيوية وتفاعلاتها ونشأة الأرض وتاريخها وبعض مكونات الكون الأخرى والتفاعل بين المادة والطاقة وصور تحولاتها ومصادرها وتركيب المادة وتغيراتها وتفاعلاتها.</li> <li>• يظهر فهمًا بقواعد اللغة العربية وآدابها ويوظف ذلك في التعبير عن نفسه وقضايا مجتمعه مستخدمًا الصور المختلفة للأدب كالقصة والرواية والشعر وغيرها.</li> <li>• يراكم معجمًا لغويًا (إنجليزيًا)، ويوظف مفرداته وتراكيبه المختلفة في إطار صحيح من قواعد اللغة الإنجليزية ليحبر عن نفسه بطرائق مختلفة.</li> <li>• يعكس فهمًا بمكونات الشريعة الإسلامية في مجالاتها المختلفة ويوظف ذلك في حياته اليومية بما ينعكس على سلوكه في إطار من الوعي بموقع وطنه الجغرافي وقدراته الاقتصادية وخصائص ومكونات مجتمعه وتاريخه لتتبلور هويته الوطنية وانتمائه لدينه ووطنه وأمته.</li> <li>• يبني منظومة من القيم والاتجاهات والقيم والميول والوعي بالعادات الصحية والغذائية والسلوكيات الإيجابية، ويوظف ذلك في المحافظة على نفسه من الأمراض المرتبطة بها وكذلك السارية والمنقولة بطرائق مختلفة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يظهر قدرة على قراءة نصوص متنوعة (سرديّة، وصفية، حوارية، قصصية، معلومانية...) قراءة صحيحة مقترنة بالفهم.</li> <li>• يظهر قدرة على كتابة نصوص متنوعة كتابة إملائية صحيحة.</li> <li>• يظهر معرفة بالأعداد والعمليات الحسابية والأنماط ويمثل البيانات، ويستدل من خلالها على بعض المفاهيم الإحصائية.</li> <li>• يظهر معرفة علمية بتركيب بعض أجزاء جسمه والنباتات والحيوانات من حوله، وتركيب سطح الأرض وبعض مكونات الفضاء وأشكال الطاقة ومصادرها في محيطه والتفاعلات التي تحدث فيه.</li> <li>• يظهر فهمًا بمكونات العقيدة الإسلامية الأساسية وبعض مبادئ المعاملات البسيطة، ويعكس وعيًا بمفهوم وطنه ونظام الحكم فيه والانتماء إليه ومسؤولياته وواجباته تجاهه بما يسهم في تشكيل هويته الوطنية.</li> <li>• يوظف مفاهيمه العلمية في المحافظة على صحته ولياقته وعاداته الغذائية بشكل سليم.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يوظف معرفته العلمية في طرح أسئلة عن محيطه وبيئته للوصول إلى إجابات بسيطة عنها.</li> <li>• يميز بين الحروف من حيث رسمها وموقعها في الكلمة في اللغتين العربية والإنجليزية.</li> <li>• يجيد قراءة وكتابة بعض الكلمات والجمل البسيطة والأرقام.</li> <li>• يظهر قدرة على التحدث والحوار بطلاقة بما يتناسب مع مرحلته العمرية.</li> <li>• يظهر قدرة على معرفة الأعداد (حتى 20) ويوظفها في حل العمليات الرياضية البسيطة (الجمع/الطرح) والأنماط.</li> <li>• يميز بين الأشياء من حيث لونها وشكلها وحجمها، والاتجاهات ومواقع الأشياء.</li> <li>• يظهر سلوكًا يعكس التزامًا بعاداته وتقاليده وانتماءه تجاه دينه ووطنه.</li> <li>• يتعرف البيئات في محيطه (صحراوية، بحرية، جبلية...) وبعض خصائصها.</li> </ul>	المعرفة

## تابع/مواصفات الطالب الإماراتي وسمات الخريج بنهاية كل مرحلة تعليمية:

المرحلة الثانوية	الحلقة الثانية	الحلقة الأولى	رياض الأطفال	السمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يوظف مهارات البحث العلمي والتفكير الناقد وحل المشكلات واتخاذ القرار في إيجاد حلول (غير تقليدية) لمشكلات علمية وعملية في حدود المعرفة العلمية التي يمتلكها وتوظيف وتطبيق الأدوات والمواد والتقنيات العلمية والمخبرية.</li> <li>• يوظف الخبرات والمهارات الرياضية المكتسبة من المعرفة الرياضية في بناء تصورات ذهنية لنماذج وأنماط وحل مشكلات قائمة على توظيف تقنيات تكنولوجيا بما يسهم في تكوين بنية ذهنية هندسية لديه.</li> <li>• يوظف مهارات اللغة الأربع (العربية أو الإنجليزية) في التعبير عن أفكاره أو مشاركتها مع الآخرين بدرجة مقبولة من الطلاقة إما لفظياً أو كتابياً من خلال صور آداب اللغة المختلفة.</li> <li>• يظهر سلوكاً قويمًا يستند إلى تعاليم الدين الحنيف والموروث الشعبي من عادات وتقاليد وتراث بما يعكس تفرّد هويته الوطنية وانتماءه لوطنه وبذل كل جهد لخدمته.</li> <li>• يوظف مصادر المعرفة الرقمية والورقية في إنجاز دراسات وبحوث إنسانية واجتماعية لمشكلات ترتبط ببيئته ومجتمع المحلي وتتناول بعض القضايا البيئية العالمية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يستخدم الكتابة الوظيفية في اللغتين العربية والإنجليزية في التعبير عن نفسه بصور مختلفة.</li> <li>• يوظف تكنولوجيا المعلومات ومهارات الاتصال والتقنيات الحديثة في الوصول إلى المعرفة والتكيف مع متطلبات الحياة العصرية وبما يمكنه من القيام بأدوار في حياته قد يكون لها أثر في توجيهه نحو تخصصات تقنية ترتبط بذلك.</li> <li>• يوظف مهارات البحث والتفكير الناقد في حل مشكلات حقيقية تظهر في بيئته الواقعية مستندًا إلى منهجية البحث العلمي.</li> <li>• يوظف معرفته الرياضية في حل المشكلات وفهم المتغيرات الكمية والتي يُعبّر عنها بجداول أو رسوم بيانية أو تناسبات طردية أو عكسية، ويفسر ذلك بصورة أولية بما يساعده على فهم تأثيراتها في حياته اليومية.</li> <li>• يمتلك قدرة على تطوير أو بناء النماذج والمجسمات التي تبسط المفاهيم والحقائق العلمية المجردة لتصبح أكثر واقعية وإدراكًا مما يجعلها تقترب من الخبرة الحسية المباشرة.</li> <li>• يظهر قدرة على تحديد موقع دولته جغرافياً بطرائق تقنية أو تقليدية من خلال تعرف أشكال الخرائط المختلفة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يستخدم خبراته المكتسبة في اللغتين العربية والإنجليزية لفهم ما يسمع ويقرأ ويتواصل إيجابياً مع محيطه في حياته اليومية.</li> <li>• يظهر قدرة على توظيف مهارات وعمليات العلم في التخطيط لإجراء استقصاءات علمية بسيطة تمكنه من القدرة على حل بعض المشكلات في بيئته ومحيطه الذي يعيش فيه.</li> <li>• يظهر قدرة على توظيف تكنولوجيا المعلومات والاتصال في التعبير عن أفكاره وتبادلها مع الآخرين بطريقة آمنة.</li> <li>• يوظف معرفته الرياضية في تسهيل حياته اليومية في المعاملات أو الإجراءات التي يقوم بها وحل المشكلات ذات الطبيعة الرياضية التي تواجهه في بيئته أو محيطه القريب.</li> <li>• يشارك في المناسبات الوطنية والاجتماعية والأعمال التطوعية ويعكس من خلالها وعياً بهويته الوطنية وعاداته وتقاليد وتراثه.</li> <li>• يمارس شعائره الدينية بوعي واعتدال بعيداً عن الغلو والجهل والتطرف.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يستخدم مهارات الاتصال اللفظي وغير اللفظي كالإيماءات للتعبير عن مشاعره وأفكاره.</li> <li>• يظهر قدرة على استخدام الأدوات الآمنة في بناء وتشكيل وتركيب المجسمات والنماذج البسيطة في العلوم والرياضيات.</li> <li>• يظهر مهارة أولية في التعامل مع الحاسوب والألواح الذكية بصورة مناسبة لمرحلته النمائية.</li> <li>• يمارس عادات غذائية وصحية سليمة تناسب مرحلته العمرية.</li> </ul>	المهارة

## تابع/مواصفات الطالب الإماراتي وسمات الخريج بنهاية كل مرحلة تعليمية:

المرحلة الثانوية	الحلقة الثانية	الحلقة الأولى	رياض الأطفال	السمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يكامل بين معرفته العلمية والتقنية والرياضية والهندسية في إنجاز عمليات وإجراءات ترتبط بسياقات تعليمية مختلفة تظهر على شكل نتاجات تقنية أو تكنولوجية بسيطة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يشارك في تنفيذ مشاريع من خلال فرق عمل ذات مسؤوليات محددة وأدوار مميزة بحد أدنى من الإشراف المباشر.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يلتزم بتنفيذ أدواره ومهامه التي يكلف بها في إطارها الزمني وضمن المنهجية البسيطة (الأولية) المخطط لها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يظهر التنظيم والإتقان عند تنفيذه مهام أدائية بسيطة ومناسبة لمرحلته النمائية والعمرية.</li> </ul>	الاستقلالية والمسؤولية
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يظهر قدرة في التأثير على الآخرين من خلال السمات الشخصية والقيادية التي يعكسها أثناء مشاركته في فرق العمل والمجموعات المتعاونة عند إنجاز المشاريع والبحوث والدراسات الجماعية.</li> <li>• يعبر عن ذاته بصورة مستقلة من خلال طرح أفكاره عن طموحاته ومستقبله المهني والعلمي.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يظهر وعياً بقدراته ومهاراته بما يمكنه من اتخاذ قرارات في رسم الملامح الأولية لمستقبله المهني والعلمي .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ينفذ مشاريع علمية تعليمية تحت إشراف مباشر ويتوصل إلى نتاج ذي ملامح محددة ضمن الشروط المتفق عليها مسبقاً.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يبدي حساً بالمسؤولية والاحترام والاستقلالية تجاه البيئة التي يكون متواجداً فيها.</li> <li>• يفهم الإجراءات الروتينية ويعدل سلوكه تبعاً لها ويصبح واعياً بالعواقب الناتجة عن سلوكه.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يظهر قدرة على إنجاز مشروع علمي بشكل مستقل وبالحد الأدنى من الإشراف من الآخرين.</li> <li>• يظهر قدرة على التعبير عن آرائه وأفكاره بطريقة مستقلة بعيدة عن التحيز لعرق أو جنس أو دين متسلحاً بالموضوعية ومستنداً إلى القيم والمثل التي يؤمن بها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يعمل من خلال فرق العمل أو بصورة مستقلة على حل مشكلات ذات علاقة ببيئته الواقعية موظفاً ما يمتلكه من معارف ومهارات وسمات شخصية.</li> <li>• يشارك في تنفيذ الرحلات العلمية وإجراء الدراسات المسحية البسيطة حول بعض القضايا البيئية من خلال المشاركة في فرق العمل المتخصصة في إطار علمي واجتماعي محدد.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يظهر وعياً بمسؤولياته وأدواره وأدوار الآخرين عند المشاركة في أي فريق عمل ويبدي احتراماً والتزاماً بذلك حتى إنجاز المهمة.</li> <li>• يظهر وعياً بحدود معرفته العلمية والرياضية والدينية والصحية ويتصرف في إطار ذلك بما يحقق سلوكاً منظماً قائماً على الوعي بمكوناته الشخصية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يظهر قدرة على التفاعل بسهولة مع البالغين ويكون علاقات اجتماعية ايجابية مع أقرانه.</li> <li>• يتعرف الأسرة ومكوناتها وعلاقته بها وأهمية الانتماء إليها.</li> <li>• يظهر ميلاً للعمل أو اللعب في مجموعات منظمة صغيرة في سياق تعليمي أو رياضي في الأركان التعليمية أو ملعب المدرسة.</li> </ul>	التفاعل مع بيئة العمل

## تابع/مواصفات الطالب الإماراتي وسمات الخريج بنهاية كل مرحلة تعليمية:

المرحلة الثانوية	الحلقة الثانية	الحلقة الأولى	رياض الأطفال	السمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ينخرط في برامج وأنشطة ومشاريع في مؤسسات تدريبية وتعليمية تمكنه من صقل مهاراته الأدائية والتقنية ليصار إلى توظيفها بصورة منتجة في حياته اليومية.</li> <li>• يشارك في برامج تدريبية ومعسكرات تعليمية لإعداده وتأهيله للمشاركة في المسابقات والمنافسات الوطنية والإقليمية والدولية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يعكس سمات قيادية تبرز الاستقلالية في حل المشكلات البسيطة واتخاذ القرارات ذات العلاقة بحياته ومستقبله العملي والعلمي.</li> <li>• يشارك في المعسكرات والندوات التي تقود إلى تمكينه من بعض السمات الشخصية والسلوكية التي تنعكس مستقبلاً على بروز الاستقلالية في تقديم رأيه عند تناول بعض القضايا والأفكار وبحد أدنى من التوجيه والإشراف.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يوظف المعجم اللغوي المكتسب في الكتابة الوظيفية (رسالة، بطاقة دعوة، تهنئة...)، وفي بدايات الكتابة الإبداعية (كتابة نصوص قصصية مختصرة واقعية أو خيالية).</li> <li>• يوظف مهارة البحث للحصول على المعلومات الموثوق بها من مصادرها المطبوعة والرقمية المتنوعة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يوظف القصة المصورة إلكترونياً أو ورقياً، ويكتسب معارف وميول علمية من خلالها تحت إشراف مباشر.</li> <li>• يتدرب على استخدام العداد اليدوي أو الإلكتروني لإجراء عمليتي الجمع والطرح ضمن العدد (10).</li> </ul>	تطوير الذات

## معايير مادة التربية البدنية والصحية:

### لمحة عن التربية البدنية والصحية:

- تحتل مادة التربية البدنية والصحية جزءاً هاماً في المناهج الوطنية لدولة الإمارات العربية المتحدة في القرن الحادي والعشرين لأنها تساعد على تعزيز النمو السليم والتطور الصحي للطلبة، وتعتبر أسلوباً للتصدي للتحديات الصحية المتزايدة التي تواجه الأطفال والشباب، وتعيق من تقدمهم وتطورهم، والمتمثلة في مظاهر اللياقة البدنية الضعيفة والتغذية غير الصحية

والأمراض المعدية وأمراض قلة الحركة وتعاطي الكحول والتدخين. في تنشئة جيل صحي قادر على تحقيق إمكاناته القصوى والمساهمة في توفير بيئة عمل منتجة.

- ويدعو الإسلام إلى الاهتمام بالغذاء والجسم والصحة وهذا ما تتفق معه الأبحاث العلمية المتعمقة التي تؤكد على العلاقة بين القدرة على التعلم والصحة الجيدة، فالعقول السليمة والأبدان الصحية هي أساس النجاح الأكاديمي والحياة العملية، لذا فإن تدريس مادة التربية البدنية والصحية للطلبة تساهم



فريق، وحل المشكلات، واتخاذ القرار المسؤول، وغيرها.

■ كما تتضمن مادة التربية البدنية والصحية أفكارًا كبيرة تشمل معظم مفاهيم المادة عبر الصفوف من الروضة حتي الصف الثاني عشر، كما تشمل المهارات التي تمكن الطلبة من تولي مسؤولية تحقيق صحتهم الجسدية والاجتماعية والعاطفية التي تساعدهم على الإنجاز والنجاح في جميع نواحي الحياة العلمية والعملية في المستقبل، وهي الرسالة التي نطمح إلى تحقيقها من خلال هذا المنهاج.

■ ماهية المعايير ولماذا نلجأ لوضع معايير متطورة؟

مما لا شك فيه أن موضوع جودة الأداء والمعايير الأكاديمية هو موضوع يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالمنظومة التعليمية بشكل عام إذ أصبحت الجودة ومعاييرها

لهذه العناصر الأربعة يضمن الوصول إلى تدريس بجودة عالية يتصف بقيادة تعليمية عالية، تركز على اكساب المتعلمين المهارات التدريسية ويتضمن متابعة مستمرة لقدرات ومهارات المتعلمين كما يتضمن تقديم تدريس باجراءات علمية وعملية وتوجيه وإرشاد، وأيضًا تقديم محتوى أو مساق يستخدم الوسائل التعليمية والأدوات المساعدة مما يوفر بيئة تعليمية مناسبة لجميع المتعلمين، ولتحقيق ذلك لا بد من وضع معايير تعليمية متطورة تتماشى واحتياجات القرن الواحد والعشرين حتي تواكب التطورات الفكرية والعصرية للمجتمع الإماراتي.

القياسية الشاغل الذي يشغل ذهن كل العاملين، وفي كل المؤسسات التي تسعى إلى تحسين وتطوير نتائجها وتعمل على المشاركة والمساهمة الفاعلة في البرامج التنموية والمجتمعية ومن بينها المؤسسات التربوية والتعليمية التي تعد موضوع جودة الأداء في التدريس ووفقًا للمعايير الأكاديمية أحد أهم المواضيع والمحاور التي توليها أهمية خاصة جدًا لما له من أهمية في التقدم والتطور، ووفقًا لما يتضمنه من تحسين في جميع جوانب التعليم للوصول إلى وضع يستطيع الجميع أن يكونوا متميزين، لذا فإن وضع وانتقاء معايير التعلم بطريقة صحيحة يؤثر بشكل فعال في عملية التدريس والتي تعتبر ضمن مخرجات النظام التعليمي والذي يتمثل في (المعلم - المتعلم - المنهاج - البيئة التعليمية) وإن التفاعل الحقيقي

ولكي نحقق هذا يجب وضع بعض الاعتبارات عند اختيار المعايير الخاصة بمحتوي مادة التربية البدنية والصحية وهي أن:

- تكون ذات قيمة وأهمية تعود بالفائدة على المتعلمين.
- ترتبط بأهداف المنهاج.
- تقوم بتعديل سلوك المتعلمين وإكسابهم اتجاهات وسلوكيات سليمة.
- تتحدى قدرات المتعلمين.
- تراعي مصلحة واحتياجات المجتمع وتقاليده.
- تحقق أغراض التربية الرياضية.
- ترتبط بأهداف التربية البدنية والصحية.
- تتماشى مع احتياجات الطلبة واهتماماتهم وميولهم.
- تمتاز بالمرونة.
- تتصف بالشمول والتنوع والتكامل والاستمرارية.
- تتناسب مع الإمكانيات المتاحة.
- يكون لها مردودٌ تربوي واقتصاديٌ وصحي.
- تلبى احتياجات سوق العمل.
- تواكب تطورات القرن الواحد والعشرين.

## الأفكار الرئيسة لمادة التربية البدنية والصحية.

الجدول (5): يوضح الأفكار الكبيرة لمادة التربية البدنية والصحية:

المهارات الحركية	
<p><b>الفكرة الكبيرة:</b> تعلم التحرك بأمان وفعالية وكفاءة مع الإحساس بالثقة عند أداء المهارات الحركية، والتمتع بدرجة أكبر من التقبل والأستعداد للمشاركة على مدى الحياة في أشكال وأنواع من الأنشطة الرياضية الهادفة إلى تحسين الصحة.</p>	
<p><b>مهارات الحركة:</b> يظهر كفاءة في المهارات والنماذج المتنوعة التي تمكنه من أداء مدى واسع من الأنشطة الرياضية.</p>	
<p><b>السؤال الجوهرى:</b> كيف يمكن للحركة الصحيحة والفعالة ان تؤثر على الصحة الجيدة؟</p> <p>ما هي المهارات الحركية المتنوعة؟</p> <p>كيف يمكن تحديد المهارات التي يمكن تطبيقها في أنشطة رياضية متنوعة؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• إن أداء المهارات الحركية بطريقة تقنية صحيحة يحسن من الأداء بشكل عام، ويزيد من احتمالية المشاركة في أنشطة رياضية على مدى الحياة.</li></ul>
اللياقة البدنية	
<p><b>الفكرة الكبيرة:</b> تطوير معرفة ومهارات ورغبة الطلبة من أجل تحمل مسؤولية لياقتهم الشخصية بهدف تبني نمط حياة نشيط وصحي، وتعتمد اللياقة البدنية على فهمنا لكيفية تطوير كل من عناصر اللياقة البدنية وطريقة قياسها، وتصميم وتنفيذ خطة شخصية للياقة البدنية.</p>	
<p>1. <b>اللياقة والتمرين الرياضي:</b> إدماج مفاهيم اللياقة البدنية والصحية في الحياة اليومية لتحقيق مستوى جيد من الصحة واللياقة البدنية والمحافظة عليهما.</p>	
<p><b>السؤال الجوهرى:</b> ما أهمية اللياقة البدنية للفرد؟</p> <p>ما الذي يجب على القيام به لكي أتمتع باللياقة البدنية؟</p> <p>ما هو القدر الأقل من التمرين الذي يمكنني القيام به لأحافظ على لياقتي البدنية؟</p> <p>كيف يمكن متابعة مستوى اللياقة البدنية وتعديلها؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• إن معرفة مفاهيم ومهارات اللياقة البدنية وإدماجها في الروتين اليومي الحياتي، سيؤدي الي المحافظة على صحة جيدة.</li><li>• اللياقة البدنية هي كفاءة أعضاء الجسد على العمل معًا بفعالية، ليكون قادرًا على أداء معظم العمل بأقل قدر من الجهد.</li></ul>
<p>2. <b>برنامج اللياقة البدنية:</b></p>	
<p><b>السؤال الجوهرى:</b> كيف يمكنني إعداد برنامج شخصي فعال للياقة البدنية، وإيجاد الحافز للالتزام به؟</p> <p>كيف يمكنني تحقيق لياقة بدنية ملائمة للعمر؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• إن إعداد وتنفيذ برنامج يتم فيها استخدام مبادئ التمرين المناسبة هو ضروري للياقة بدنية على مدى الحياة.</li><li>• إن تحقيق لياقة بدنية والمحافظة عليها يتطلب تمارين مناسبة من حيث الشدة والمدة والتكرار.</li><li>• إن الملاحظات والتعليقات المستمرة أمر ضروري لتحديد فعالية البرنامج الشخصي للياقة البدنية.</li></ul>
الأنظام في ممارسة الأنشطة البدنية	
<p><b>الفكرة الكبيرة:</b> تأسيس أنماط من المشاركة المنتظمة في نشاط بدني ذي معنى من خلال الربط ما بين ما تعلمه الطالب في حصة التربية الرياضية مع حياته خارج الغرفة الصفية وهذا يؤدي إلى تطوير نمط حياة نشط وصحي يكون قادرًا على المساعدة للوقاية من مشاكل متنوعة للبالغين من الأجيال القادمة.</p>	
<p><b>السؤال الجوهرى:</b> ما الفرق بين الأنشطة البدنية المعتدلة الشدة والأنشطة البدنية مرتفعة الشدة؟</p> <p>كيف يؤثر التنوع بين مستويات الكثافة والشدة على الصحة البدنية؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• المشاركة بأنظام في الأنشطة البدنية يؤدي إلى حياة صحية.</li></ul>

تابع/الأفكار الرئيسة لمادة التربية البدنية والصحية.  
الجدول (5): يوضح الأفكار الكبيرة لمادة التربية البدنية والصحية:

المفاهيم والإستراتيجيات	
الفكرة الكبيرة: استيعاب المفاهيم والقواعد والإستراتيجيات والأساليب المتعلقة بالحركة عند تطبيق التعلم وأداء الأنشطة البدنية.	
<p><b>السؤال الجوهرية:</b> إلى أي مدى تؤثر الإستراتيجية في الأداء في الألعاب التنافسية والتعاونية والأنشطة الرياضية؟ ما دور توفير الموارد في تحسين أداء الفرد؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• إن تنفيذ إستراتيجيات دفاعية وهجومية وتعاونية فعالة أمر ضروري لجميع اللاعبين، لينجحوا في مواقف اللعب المختلفة.</li> <li>• يعتمد الأداء الماهر على فهم العلاقات بين الجسد والحركة.</li> </ul>
1. مفاهيم الحركة: يحلل مفاهيم وتطبيقات حركية متنوعة.	
<p><b>السؤال الجوهرية:</b> لماذا عليّ أن أفهم مفاهيم الحركة بينما يمكنني أن أقوم بأدائها؟ ما أهمية الاستخدام الكفاء للمهارات الحركية الصحيحة في مدى متنوع من الأنشطة؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b> إن معرفة وفهم مفاهيم الحركة سيحسن أداء مهارة متخصصة، وسيشكل أساساً لتعليم مهارات أخرى في مجموعة من أنواع الرياضة والأنشطة البدنية.</p>
2. القواعد وتعليمات السلامة: التعرف على أهمية اتباع القواعد وتعليمات السلامة للوقاية من الإصابات والجروح، ومن أجل الاستمتاع باللعب.	
<p><b>السؤال الجوهرية:</b> لماذا يعتبر تطبيق تعليمات وقواعد السلامة مهماً للأداء الماهر؟ لماذا يجب على التمتع بروح رياضية واتباع القواعد والتعليمات بينما لايقوم الآخرون بذلك؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b> لكي يتمكن جميع المشاركين والمشاهدين من الاستفادة القصوى من الألعاب الرياضية، ويجب أن يظهر كل فرد معرفة والتزاماً بالروح الرياضية والقواعد وتعليمات السلامة.</p>
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	
الفكرة الكبيرة: تحقيق السلوكيات الذاتية التي تعزز النجاح الشخصي الجماعي في أماكن النشاط الرياضي، وهي تشمل الممارسات الآمنة، والإلتزام بالقواعد والإجراءات وآداب المعاملة والتعاون والعمل الجماعي، والسلوك الأخلاقي والتفاعل الإيجابي.	
مفتاح هذا المعيار هو تطوير الاحترام لأوجه التشابه والاختلاف عبر تفاعل إيجابي بين المشاركين في النشاط الرياضي، وتشمل أوجه التشابه والاختلاف في السمات الثقافية، والعرقية، والأداء الحركي، والإعاقات، والصفات الجسدية، (مثل القوة والحجم والشكل) والعمر والحالة الاجتماعية والاقتصادية.	
النشاط البدني والغذاء وأجهزة الجسم	
الفكرة الكبيرة: أن يتولى الطالب مسؤولية صحته الخاصة هي خطوة جوهرية نحو بناء نمط حياة نشط وصحي والمحافظة عليه.	
<p>1. الغذاء: يستخدم الطالب معرفته بعناصر التغذية الجيدة في التخطيط لنظام صحي مناسب لنفسه وللآخرين باستخدام الأدوات التكنولوجية المناسبة لتحضير غذاء صحي وآمن.</p>	<p><b>السؤال الجوهرية:</b> ما هي العواقب الظاهرة وغير الظاهرة للخيارات التي نضعها والمتعلقة بالصحة؟ ما الذي يجعل الطعام صحياً؟ كيف يمكن تحديد الكميات المناسبة من الطعام لكل فرد؟</p>
<p>2. أجهزة الجسم: يتعرف الطالب مراحل حياة الانسان ابتداء من مرحلة تطور الجنين حتي الولادة، مروراً بجميع المراحل العمرية.</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• تعتمد الصحة الشخصية الحالية والمستقبلية على تطبيق المفاهيم والمهارات المتعلقة بالصحة لتصبح سلوكيات يومية ونمط حياة.</li> <li>• هناك مزايا قصيرة وطويلة الأمد ومخاطر مرتبطة بالخيارات الغذائية.</li> </ul>
<p>3. الوقاية من الامراض: يظهر الطالب استيعاباً للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.</p>	<p><b>السؤال الجوهرية:</b> ما الذي يؤدي إلى النمو والتطور الأمثل لجسم الإنسان؟</p>
<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• تعتمد صحة الانسان في مختلف مراحل حياته على العوامل الوراثية والبيئية ونمط الحياة الذي يختاره.</li> </ul>	<p><b>السؤال الجوهرية:</b> لأي مدى نستطيع حماية أنفسنا من الأمراض؟</p>
<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• يمكن لإستراتيجيات التشخيص الفوري والمتقدم وإستراتيجيات الوقاية والعلاج أن تساعد الإنسان على العيش بصحة أفضل.</li> </ul>	



## تابع/الأفكار الرئيسة لمادة التربية البدنية والصحية. الجدول (5): يوضح الأفكار الكبيرة لمادة التربية البدنية والصحية:

الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	
<p><b>الفكرة الكبيرة:</b> القدرة على الاتصال والتواصل تساعد على تجنب المخاطر الصحية والتقليل منها، وبناء علاقات شخصية صحية والمحافظة عليها، وإتقان مهارات الاهتمام والاعتبار والاحترام للذات وللآخرين مما يقلل من الخلاف، ويساعد على إدارته.</p>	
<p>1. <b>المهارات الاجتماعية:</b> امتلاك مهارات احترام الذات والتواصل الإيجابي مع الآخرين.</p>	
<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> كيف يمكن أن تتعلم أن تحب نفسك والآخرين؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b> إن تطوير مهارات احترام الذات والمرونة والتسامح والتأقلم يمكن أن يدعم الصحة الاجتماعية والعاطفية.</p>
<p>2. <b>بناء العلاقات :</b> يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة و الأقران و للوقاية من العنف.</p>	
<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> كيف يمكننا أن نفهم ونحترم الاختلافات ضمن العلاقات؟ كيف يمكننا أن نعرف متى علينا عدم المضي في علاقة ما؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ان التسامح وتقدير وفهم الاختلافات بين الأفراد أمر ضروري من أجل بناء علاقات صحية.</li> <li>• هناك مصادر مهنية وشخصية موثوقة يمكن الاعتماد عليها للمساعدة في مشاكل العلاقات.</li> <li>• يستمر التطور التكنولوجي في توفير فرص متزايدة لبناء العلاقات في أي مكان واي وقت وفي مختلف بقاع العالم.</li> </ul>
الأمراض والإصابات والصحة البيئية	
<p><b>الفكرة الكبيرة:</b> اثبتت الدراسات أن الكثير من الأمراض والجروح يمكن الوقاية منها عبر تجنب أو التقليل من السلوكيات التي تمثل خطرًا، إضافة إلى ممارسة العادات الصحية مثل الغذاء والتمارين والنوم الصحي والاسترخاء والنظافة الشخصية.</p>	
<p>1. <b>إجراءات السلامة:</b> تعرف المخاطر الصحية التي تسبب الأذى وطرائق تجنبها.</p>	
<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> ما الفرق بين المخاطر الصحية والمخاطر غير الصحية؟ لماذا نقوم في بعض الأوقات بالمخاطر التي يمكن أن تتسبب بأذى لأنفسنا أو للآخرين؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• إن البقاء باستمرار على وعي بالبيئة والمخاطر الصحية وأخذ احتياطات السلامة يمكن أن يقلل من مخاطر الإصابات للذات وللآخرين.</li> </ul>
<p>2. <b>القيادة والدعوة وخدمة المجتمع:</b> يظهر الطالب القدرة على الدعوة للصحة الشخصية والعائلية والمجتمعية.</p>	
<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> كيف يمكنك إلهام الآخرين لمناقشة القضايا الصحية؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• القيادة والدعوة لتعزيز الصحة الشخصية والمجتمعية يمكن أن تؤثر مباشرة في المجتمع المحلي والمجتمع ككل.</li> </ul>
<p>3. <b>الصحة البيئية:</b> يعرف الطالب أثر العوامل البيئية على الصحة.</p>	
<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> حدد العلاقة بين البيئة وصحة الفرد مثل: (التلوث ومشاكل التنفس، وبين الشمس وسرطان الجلد)؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• عدم حماية البيئة من التلوث (الهواء والماء) يسبب أمراضًا واضطرابات يمكن أن تؤثر على حياة الإنسان وجميع الكائنات الحية.</li> </ul>
الوصول الي المعلومات والمصادر الصحية	
<p><b>الفكرة الكبيرة:</b> الوعي بالعوامل المتنوعة التي تتعايش في المجتمع، وهي تشمل العائلة، الرفاق، المدارس، المجتمعات المحلية، ووسائل الإعلام، والتكنولوجيا، والمعتقدات الثقافية، وإن امتلاك مهارات التفكير الناقد وحل المشكلات يساعد على تحليل وتقييم وتفسير تأثير هذه العوامل على الصحة.</p>	
<p>1. <b>المعلومات الصحية الموثوقة:</b> القدرة على التمييز بين مصادر المعلومات الصحية الموثوقة وغير الموثوقة التي تعينه على اتخاذ قرارات صحية سليمة.</p>	
<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> كيف يمكنك أن تعرف ما اذا كانت المعلومات الصحية دقيقة؟ كيف يمكنك أن تتعلم الدفاع عن معتقداتك وإيصالها للآخرين من دون إقصائهم؟</p>	<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• إن اتخاذ قرارات صحية جيدة يتطلب القدرة على الوصول إلى مصادر المعلومات الموثوقة.</li> </ul>

تابع/الأفكار الرئيسة لمادة التربية البدنية والصحية.  
الجدول (5): يوضح الأفكار الكبيرة لمادة التربية البدنية والصحية:

2. الدواء: تعرف مكونات الدواء واستخداماته والأشخاص الموثوقين الذين يمكنهم وصف الدواء له.	
<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>يجب أن يتم استخدام الدواء بطريقة صحيحة من أجل الأمان والحصول على الفائدة القصوى.</li> </ul>	<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> كيف يمكنني أن أقرر إذا ما كان الدواء فعالاً أم لا؟</p>
3. الكحول والمخدرات: تعرف الآثار الضارة للجسم بسبب تناول الكحول والمنشطات والمخدرات.	
<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>أثبتت الدراسات والأبحاث بوضوح أن للكحول والتبغ والمنشطات والمخدرات الأخرى آثار ضارة على جسم الإنسان.</li> </ul>	<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> لماذا يختار الناس تناول الكحول والتبغ وغيرها من المنشطات والمخدرات وهم على علم بآثارها المدمرة؟ كيف يمكنني اتخاذ القرارات الصائبة في مواجهة ضغط الرفاق والإعلام، وغيرها من الضغوط؟</p>
4. صنع القرار: تعرف العوامل الداخلية والخارجية التي قد تؤثر في قدرته على اتخاذ القرار الصحيح.	
<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>يمكن أن يتأثر صنع القرار بمؤثرات متنوعة قد لا تكون في مصلحة الشخص.</li> </ul>	<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> لماذا قد يقوم الأشخاص المثقفون باتخاذ قرارات صحية ضعيفة؟ كيف يمكنني التغلب على المؤثرات السلبية عند اتخاذ قرارات حول صحتي الشخصية؟</p>
5. التخطيط ووضع الأهداف: تعلم أساسيات تحديد الأهداف الصحية وكيفية تحقيقها من خلال وضع الخطط المناسبة.	
<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>إعداد خطة وتنفيذها لتحقيق أهداف صحية جيدة يزيد من احتمالية تحقيق هذه الأهداف.</li> </ul>	<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> ما الذي علينا التخطيط له لتحقيق صحة جيدة على مدى الحياة؟ وما الذي يجب علينا تركه يحدث من دون تخطيط؟</p>
6. تطوير الشخصية: اكتساب مهارة تطوير الشخصية وتقويتها عبر المشاركة بالأنشطة الفردية والجماعية وغيرها من النشاطات.	
<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>قد تتطور الشخصية ويتم دعمها من خلال الأنشطة الفردية والجماعية، وتأثير نماذج الأدوار الإيجابية والاشتراك في خدمة المجتمع.</li> <li>تتأثر الشخصية بالبيئة المحيطة.</li> </ul>	<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> كيف يمكن أن ترتبط الصحة بالشخصية؟ وما هي الجوانب التي يمكن تغييرها في شخصيتنا؟ إلى أي مدى يمكن أن يكون للمؤثرات الخارجية تأثير على تشكيل شخصيتنا؟</p>
<b>الجامعة والاستعداد للمهنة</b>	
<p><b>الفكرة الكبيرة:</b> تعرف المهن في قطاع الصحة والتربية البدنية وتقييم الاتجاهات المستقبلية، ودراسة متطلبات مهن وتحديد ما إذا كانت مهنة التربية البدنية والعناية الصحية والعلاج الطبيعي مناسبة.</p>	
<p><b>الفهم والاستيعاب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>هناك العديد من برامج اللياقة البدنية والصحة التي توفر خدمات متنوعة، ومتعددة المستويات.</li> </ul>	<p><b>الأسئلة الجوهرية:</b> كيف يمكنني الحصول على معلومات عن الصحة الجيدة وخدمات اللياقة البدنية؟</p>

## طرائق التعلم في درس التربية البدنية والصحية:

لكل طالب الحق في تحقيق أهداف المنهاج بالطريقة التي تناسب احتياجاته المتنوعة، لذا فإن التعليم يجب ان يتسم بالمرونة من حيث الطرائق التي يتم فيها تقديم المعلومات والطرائق التي يستجيب بها الطلبة، أو يظهروا بها تعلمهم ومهاراتهم، أو مشاركتهم في الأنشطة، كما يجب التقليل من عوائق التعلم، وتوفير أماكن ملائمة، وتوفير الدعم والتحدي، والمحافظة على التوقعات العالية للإنجاز لجميع الطلبة، بما فيهم الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة وذوي القدرات المحدودة، لذا فقد تم تصميم وثيقة معايير التعلم

لمادة التربية البدنية والصحية بناء على نتائج الدراسات العلمية الحديثة للتعلم، وتمت كتابة نواتج التعلم بحيث يتمكن كل طالب من تحقيقها وتقديم ما تعلمه بطرائق وأساليب متنوعة.

### ومن هذا المنطلق ندعو المعلم إلى اتباع الأساليب الآتية عند التخطيط لتقييم تعلم طلابه.

- توفير وسائل متعددة للتعلم: توفير خيارات متنوعة لاكتساب الطلبة المعلومات والمعرفة.
- توفير وسائل متعددة للعمل والتعبير: توفير خيارات متنوعة لإظهار الطلبة لما يعرفونه.
- توفير وسائل متعددة للمشاركة: البحث عن اهتمامات الطلبة، وتوفير التحديات وزيادة الدافعية.

### تخصيص وجدولة الوقت:

يفترض معدو هذا المنهاج توفير 4 ساعات أسبوعياً على الأقل من التعليم الصفي وممارسة النشاط الرياضي، لذا فمن المهم أن يقوم المعلم بالتوزيع المتساوي للوقت بين التعليم الصفي والنشاط الرياضي، كما أن اتباع أسلوب التكامل والمرونة في تدريس النواتج المختلفة يمكن أن يساعد على تحقيق عدد من النواتج خلال حصة أو درس واحد.

### أماكن التدريس والتطبيق:

من الضروري أن يتم تنفيذ المنهاج في صالة الرياضة أو في الهواء الطلق، أو في الملاعب الرياضية، أو في أماكن رياضية أخرى، وأن يخصص داخل كل حصة وقت لاكتساب الطلبة المعلومات الصحية المناسبة لكل مرحلة والنافعة لممارسة مهاراتهم الحياتية بأمان وفاعلية.

### التقييم والتقويم:

إن التقييم هو عملية جمع معلومات منتظمة حول ما يعرفه الطالب وما هو قادر على أدائه. ويتم تقييم أداء الطالب باستخدام المعلومات التي يتم جمعها أثناء عملية التقويم، يستخدم المعلمون في عملية التقييم مهاراتهم، ومعرفتهم، وخبراتهم إضافة إلى معايير خاصة يقومون بوضعها، ليتمكنوا من الحكم على أداء الطالب وفق نواتج التعلم، كما يطلب من الطلبة أن يراقبوا تطورهم الخاص من خلال إستراتيجيات التقييم الذاتي مثل استخدام أسلوب وضع الأهداف أو نموذج التقدير. تشير الدراسات إلى أن الطلبة يستفيدون بشكل أكبر عندما يكون التقييم منتظماً ومستمرًا ويستخدم من أجل تعزيز التعلم (stigging 2008) هذا هو التقييم البنائي، أما التقييم الذي يستخدم في نهاية فترة التعلم من أجل وضع العلامة (التقييم النهائي) فهو أقل فعالية، من المعروف أن التقييم النهائي يطلب على شكل علامة نهائية في نهاية مدة الدراسة وهنا يفضل استخدام جداول التقييم، كما لا يجب هنا أن يتم وضع العلامات بناء على معيار مرجعي للاختبار، خاصة في مجال اللياقة البدنية مثل: (قم بتنفيذ عدد 50 مرة من وضع الانبطاح المائل - ثني الذراعين واحصل على

علامة أ) ولكن بدلاً من ذلك يجب أن يكون التقييم مبنياً على التحسن الفردي في تحقيق الأهداف الشخصية، من الأمثلة على بعض أدوات التقييم (الملاحظة، المؤتمر، العرض، التقليد، المشاريع والأبحاث، نماذج التقدير، التقييم الذاتي وتقييم الزميل، ملف الإنجاز، السلم التقديري، وغيرها).

## طرائق تدريس مادة التربية البدنية والصحية:

أشارت الدراسات الحديثة إلى فعالية أسلوب التعلم حول الطالب والذي غالباً ما يشار إليه بالأسلوب البنائي المبني على البحث والاستقصاء (وهو أسلوب مبني على مفهوم بناء الطلبة لمعرفتهم بأنفسهم) "كل طالب يبني فردياً ما يتعلمه" (Hein 1990). وفي هذا الأسلوب سيقوم المعلمون بالتركيز على احتياجات المتعلم أكثر منه على موضوع الدرس، وبالتالي سيكون التركيز في النواتج المستهدفة بشكل أساسي على ما يتوقع من الطلبة تعلمه بدلاً مما يتوقع من المعلم تعليمه. ويعتمد نجاح أسلوب البحث البنائي على استخدام طرائق التعلم المبني على المشكلة، والاستماع الفعال، وحل المشكلات، ولعب الأدوار (Donovan, 2002). فالأساليب هذه تبني مهارات

التعلم الأساسية التي تستمر مع الفرد على مدى الحياة، إن المبدأ الأساسي لهذا المنهاج هو أن يتولى الطالب مسؤولية تعلمه من خلال البحث والاستقصاء وقد يبدو هذا الأسلوب في التعلم جديداً للعديد من الطلبة؛ لذا فعلى المعلمين أن يعطوا وقتاً كافياً في بداية كل وحدة لمناقشة أساليب تنظيم الأفكار والأسئلة الكبيرة للمفاهيم الجديدة التي سيتم البحث والاستقصاء بشأنها، وإجراء استشارة للأفكار حولها، ومن ثم توجيه الطلبة نحو المصادر التي ستساعدهم في بحثهم عن المعرفة للإجابة عنها. كما يمكن استخدام أساليب أخرى في التعلم المتمحور حول الطالب، مثل: التعلم من خلال اللعب الذي يساعد على أن يكون للتعلم معنى، وعلى تحفيز الطلبة للمشاركة

في النشاط الرياضي (Donovan, 2002)، وهناك ثلاثة عوامل جوهرية تحفز المتعلمين على المشاركة في النشاط الرياضي وهي: الثقة بالنفس، والاستمتاع، والدعم الاجتماعي. ويمكن توفير هذه العوامل من خلال تنظيم الأنشطة وتوفير البيئات المناسبة كما أن السماح للطلبة باختيار النشاط الرياضي قد أثبت فعاليته في المحافظة على اهتمامهم ومشاركتهم فيه. وأخيراً من المهم أن نشجع على الدوام الطلبة من أجل إيجاد إستراتيجيات لربط ما يتعلمونه في هذه المادة مع دراستهم للمواد الأخرى وخاصة مع اللغة العربية، والدراسات الاجتماعية، والعلوم، والتكنولوجيا، والفنون، والأعمال، والمهارات الحياتية.

# التربية البدنية والصحية

معايير المحتوى بحسب الحلقة

## معايير المحتوى بحسب الحلقة:

مع نهاية الحلقة الأولى (الصفوف 1 - 5) سيكون الطلبة قادرين على:
إظهار شكل ناضج من الأداء للمهارات الحركية الأساسية والمشاركة في مجموعة متنوعة من الألعاب وأنشطة اللياقة البدنية.
تطبيق مفهوم أهمية النشاط البدني في المشاركة أو في تصميم برنامج بسيط للياقة البدنية.
تقييم مستويات اللياقة البدنية والمشاركة في الأنشطة التي تنمي وتحافظ على اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.
استخدام مهارات حل النزاعات والمشاركة في النشاط البدني مع جميع الأفراد، بالرغم من الفروق الفردية.
استخدام الأدوات اللازمة لإنشاء نظام غذائي صحي وبرنامج اللياقة البدنية، وفهم العلاقة بين العمر والتغير الفسيولوجي.
تحليل أسباب التوتر والاكتئاب والنزاع، وتطبيق أساليب للتغلب على التوتر، سواء على المستوى الشخصي أو للآخرين.
تحديد مصادر جديرة بالثقة فيما يتعلق بالمعلومات عن الصحة والتغذية، والبدء في تحديد الأهداف واتخاذ القرارات الشخصية لتعزيز الصحة.
تعرف علامات وأعراض الأمراض غير المعدية، والأمراض المعدية وإجراءات الوقاية من الإصابات، وعلى أهمية حماية البيئة والدعوة إلى سلوكيات شخصية واجتماعية صحية.
تحديد الوظائف والمهن المختلفة في مجال الصحة واللياقة البدنية ومراجعة إعلانات الوظائف في هذا المجال.

مع نهاية الروضة سيكون الطلبة قادرين على:
البدء في إظهار الكفاءة في أداء بعض المهارات الحركية وأنماط الحركات بدعم من المعلم.
البدء في المشاركة في النشاط البدني، والجمع بين سلسلة من الحركات المختلفة، وفهم أهمية هذا النوع من النشاط.
البدء في إظهار فهم لبعض مفاهيم ومبادئ اللياقة البدنية والمشاركة في الحركة الإبداعية.
البدء في إظهار سلوك مسؤول واحترام الآخرين في النشاط البدني.
البدء في فهم المراحل المختلفة من حياة الإنسان ووظائف أجزاء الجسم التي تعتبر مهمة في مجال الصحة البدنية والتغذية.
التعبير عن العواطف كوسائل للتعبير عن الاحتياجات الشخصية، وتحديد النزاعات المحتملة.
البدء في التوصل إلى معلومات متعلقة بالمنتجات والخدمات الصحية وفهم كيف يمكن أن تؤثر العوامل الخارجية مثل: (الإنترنت، وسائل الإعلام، الدعايات التجارية) على موثوقية المعلومات التي يتم الحصول عليها.
البدء في فهم بعض المفاهيم المتعلقة بالوقاية من الأمراض والمحافظة على البيئة.
البدء في تأييد أسلوب حياة صحي للذات وللآخرين.
فهم الضرر الذي تسببه بعض العادات الضارة مثل: (التدخين)، وإظهار وعي بالصحة البيئية.
استيعاب مفهوم الإصابة الجسدية.

مع نهاية التعليم الثانوي (الصفوف 10 - 12) سيكون الطلبة قادرين على:
إظهار معرفة بالمفاهيم والمبادئ، وتطبيق المهارات التحليلية لتحسين الأداء والقدرة على تصميم برنامج لتحسين الذات.
تطبيق مهارات التحليل والتفكير النقدي لتحديد مستوى اللياقة البدنية المطلوبة للحصول على نتائج أفضل في أشكال الألعاب التي تزداد تعقيداً.
تنفيذ برنامج اللياقة البدنية استناداً إلى بيانات ووفقاً للتدريب المناسب، ولمبادئ التغذية.
إظهار دور قيادي في مجموعة الأنشطة البدنية، وتقييم مشاكل الأداء الشخصي، وتنفيذ برنامج التوعية لحماية الأفراد الأقل قدرة جسدياً.
إنشاء وتنفيذ خطط للمشاركة في الأنشطة البدنية المختلفة، ووصف وتحليل التغيرات الفسيولوجية وأسباب المشاكل وحلولها.

مع نهاية الحلقة الثانية (الصفوف 6 - 9) سيكون الطلبة قادرين على:
إظهار كفاءة في تنفيذ مهارات أكثر تعقيداً وتقدمًا في الأنشطة البدنية المختارة.
تحديد الأولويات في النشاط البدني بناء على معرفة واسعة بأنواع النشاطات وتأثيرها على الجسم.
استخدام البيانات الفسيولوجية لضبط مستويات الممارسة الرياضية والتغذية الصحية.
اتخاذ دور قيادي في الأنشطة البدنية الجماعية وفهم العلاقة بين الصحة العقلية والاجتماعية.
الدعوة لنظام غذائي صحي وممارسة التمارين الرياضية للمحافظة على الصحة البدنية والعقلية والوقاية من الأمراض، وفهم التغيرات الفسيولوجية المختلفة التي تتزامن مع التقدم في العمر.

## تابع/معايير المحتوى بحسب الحلقة:

مع نهاية التعليم الثانوي (الصفوف 10 - 12) سيكون الطلبة قادرين على:
حل المشاكل الناتجة عن التوتر والتحكم فيه من خلال تقييم وتطبيق الإستراتيجيات المناسبة وتعزيز الرعاية والاحترام والمسؤولية ورفاهية الآخرين.
البحث عن المعلومات الطبية، وتقييم الآثار الأخلاقية المتعلقة بالصحة العقلية والبدنية والغذائية، وتصميم إستراتيجيات لتحديد الأهداف واتخاذ القرارات التي تهدف إلى تحسين الصحة.
إعداد السيرة المرضية الشخصية أو العائلية، وتحديد إستراتيجيات لتعزيز الرفاهية، ووضع حملة صحية لتعزيز الرعاية والرفاهية.
تحديد اتجاهات قطاع اللياقة البدنية والصحة، حيث توجد مهن ووظائف محتملة.

مع نهاية الحلقة الثانية (الصفوف 6 - 9) سيكون الطلبة قادرين على:
تقييم إستراتيجيات التحكم في التوتر والسعي إلى المساعدة لحل الاضطرابات، واستخدام إستراتيجيات فعالة للتواصل من أجل حل المشاكل وتحسين الصحة العاطفية للذات وللآخرين.
تحديد وتقييم مصادر المعلومات المتعلقة بالصحة والتغذية وتقييم تأثير السياق الاجتماعي على القيم الشخصية والسلوكيات.
ضبط إستراتيجيات تحديد الأهداف واتخاذ القرارات لتعزيز الصحة.
تحديد المشاكل الصحية والأمراض التي يمكن الوقاية منها، وطرائق للمساعدة على الوقاية من الأمراض وتغيير السلوكيات السيئة، والحاجة إلى مجتمعات صحية.
تقييم مدى الحاجة لمهنيين وعاملين في مجال اللياقة البدنية والصحة.

## عدد نواتج التعلم ونسبها المئوية بحسب الصف والمجال والمتطلبات الإدراكية.

جدول (6) يوضح النسب المئوية لنواتج التعلم بحسب المجال:

المجالات الإدراكية			مجالات المحتوى		الصفوف	النسب المئوية للأوزان
التفكير الإستراتيجي والموسع (التطبيق)	المهارات والمفاهيم (التفكير)	المعرفة	التربية البدنية	التربية الصحية		
41	17	42	56	44	رياض الأطفال	بحسب الصف
45	21	34	39	61	1	
30	27	43	35	65	2	
41	35	24	38	62	3	
34	42	24	36	64	4	
39	37	24	27	73	5	
34	32	34	36	66	6	
47	31	22	31	69	7	
54	32	14	27	73	8	
43	37	20	30	70	9	
59	31	10	34	66	10	
60	35	5	30	70	11	
80	11	9	31	69	12	
40	28	32	38	62	(ر - 5)	بحسب الحلقة
44	33	23	31	69	(ر - 6 - 9)	
66	26	8	32	68	(ر - 10 - 12)	
48	29	23	35	65	(ر - 12)	الإجمالي



جدول (7) يوضح عدد نواتج التعلم بحسب المجال:

المجالات الإدراكية			مجالات المحتوى			الصفوف	عدد نواتج التعلم
التفكير الإستراتيجي والموسع (التطبيق)	المهارات والمفاهيم (التفكير)	المعرفة	العدد الكلي لنواتج التعلم للصف	التربية البدنية	التربية الصحية		
14	6	14	34	19	15	رياض الأطفال	بحسب الصف
17	8	13	38	15	23	1	
10	10	16	37	13	24	2	
14	12	8	34	13	21	3	
11	14	8	33	12	21	4	
18	10	9	37	10	27	5	
12	11	13	35	12	23	6	
15	10	7	34	10	22	7	
20	12	5	37	10	27	8	
13	11	6	30	9	21	9	
24	13	4	41	14	27	10	
22	13	2	37	11	26	11	
28	3	3	35	11	24	12	
84	60	68	213	82	131	(ر - 5)	بحسب الحلقة
60	44	31	134	41	93	(6 - 9)	
74	29	9	113	36	77	(10 - 12)	
218	133	23	460	159	301	(ر - 12)	الاجمالي



# التربية البدنية والصحية

المعايير ونواتج التعلم بحسب الصف

مجال التربية البدنية (1)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
1	يحاول إظهار التناسق في أداء المهارات الحركية الأساسية باستخدام السيطرة، والتوازن، والقوة والتنسيق بمساعدة المعلمة.	(1-1-1-1)	(1-1-1): يظهر كفاءة في أداء المهارات الحركية وأنماط الحركة اللازمة لأداء مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية.	(1-1): المهارات الحركية
2	يظهر القدرة على التوقف والتحرك حسب الإشارة، في الفراغ مع التحكم في الجسم وفي الأماكن المفتوحة والمغلقة مثل: الانتقال مع الموسيقى باستخدام جزء أو أكثر من أجزاء الجسم، والأنشطة البدنية، والطلاقة الحركية) بمساعدة المعلمة.	(2-1-1-1)		
3	يطبق مهارات حل المشكلة للأنشطة المتصلة بالحركة عبر التغلب على صعوبات الحركة البسيطة باستخدام جزء واحد أو أكثر من أجزاء الجسم بمساعدة المعلمة.	(3-1-1-1)		
1	يظهر فهمًا لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية المختلفة وتأثيرها على الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس والتي تجعل من دقائق القلب والتنفس سريعة جدًا، أو سريعة، أو بطيئة على التوالي) بمساعدة المعلمة.	(1-1-2-1)	(2-1): اللياقة البدنية	k
3	يحدد عددًا من الأنشطة البدنية التي يعتبرها ممتعة، ويمارسها من خلال المشاركة في الحركات الإبداعية والتعبير الحركي بمساعدة المعلمة.	(2-1-2-1)		
1	يظهر فهمه بأن أداء المهارات الحركية الأساسية المختلفة يتم أداؤها بأجزاء مختلفة من الجسم، لوحدها أو مجتمعة مثل: (الركل يتم بالقدم، والرمي باليد) بمساعدة المعلمة.	(1-1-3-1)	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	
2	يشارك بمدى واسع من الأنشطة الرياضية التي تختارها المعلمة وتبادر بها.	(2-1-3-1)		
3	يجمع بين أداء سلسلة من المهارات الحركية الأساسية بطريقة منظمة بمساعدة المعلمة.	(3-1-3-1)		
1	يظهر وعيه بمفاهيم الجسم من خلال تعريف الأجزاء الكبيرة والصغيرة للجسم بمساعدة المعلمة.	(1-1-4-1)	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات	
1	يظهر استيعابًا لمفاهيم المساحة (الفراغ الخاص والفراغ العام) بمساعدة المعلمة.	(2-1-4-1)		
1	يتبع قواعد وإجراءات السلامة المناسبة لمرحلته العمرية في الغرفة الصفية والملعب بمساعدة المعلمة.	(3-1-4-1)		

تابع/مجال التربية البدنية (1)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
1	يبدأ بإظهار سلوك آمن تجاه الذات والآخرين باتباع التعليمات والإجراءات والممارسات الآمنة أثناء أداء الأنشطة الرياضية مع توجيه وتعزيز المعلمة.	(1-1-5-1)	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	k
3	يتفاعل بشكل مناسب أثناء أداء الأنشطة الرياضية مع الأقران والأشخاص الكبار المألوفين لديه والبقاء على المهمة لفترات قصيرة، بإشراف المعلمة مثل: (المشاركة، والالتزام بالدور، واتباع القواعد) (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-5-1)		
1	يحترم الفروق الفردية أثناء أداء النشاط الرياضي مع الأقران بمساعدة المعلمة.	(1-2-5-1)		
مجال التربية الصحية (2)				
1	يبدأ في تكوين مشاعر إيجابية نحو ممارسة النشاط البدني، ويتعرف العلاقة بين النشاط البدني والمرح بتشجيع من المعلمة (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-1-1-2)	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	k
2	يشرح دور الغذاء في إمداد العضلات والجسم بالطاقة (الربط مع مادة العلوم العامة).	(2-1-1-2)		
1	يعرف أجزاء الجسم ويصفها من خلال الرسومات والصور مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم) (الربط مع مادة العلوم العامة).	(1-2-1-2)		
2	يستخدم لغة ملائمة للتعبير عن عواطفه ومشاعره أثناء أداء الأنشطة الرياضية (الربط مع مهارات الاتصال والتواصل).	(1-1-2-2)	(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	k
1	يحدد كيف يعبر عن عواطفه ومشاعره واحتياجاته بطريقة مناسبة أثناء أداء الأنشطة الرياضية (الربط مع مهارات الاتصال والتواصل).	(1-2-2-2)		
3	يتواصل باستخدام الكلمات كوسائل لتعزيز الصحة (الربط مع مهارات الاتصال والتواصل).	(2-2-2-2)		
1	يعدّد أمثلة على الاختلافات الجسدية مثل: (قصير - طويل - سمين - نحيف...) (الربط مع مادة العلوم).	(1-3-2-2)	(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	k
1	يعدّد السلوكيات الصحية الشخصية مثل: (غسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والاعتماد على النفس في قضاء الحاجة، واستخدام المناديل، والتعبير عن المشاعر، واتخاذ قرارات بخصوص الطعام الصحي، والنشاطات البدنية اليومية).	(1-1-3-2)		
1	يحدّد السلوكيات اليومية التي يمكن أن تساعد على المحافظة على البيئة مثل: (العناية بالأشجار والزهور - عدم رمي النفايات، التدوير، إلخ).	(1-2-3-2)		

مجال التربية البدنية (1)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
1	يظهر التنسيق في أداء المهارات الحركية الأساسية باستخدام السيطرة، والتوازن، والقوة والتوافق.	(1-1-1-1)	(1-1-1): يظهر كفاءة في أداء المهارات الحركية وأنماط الحركة اللازمة لأداء مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية.	(1-1): المهارات الحركية
2	يظهر القدرة على التوقف والتحرك حسب الإشارة، والجمع بين عدة مهارات متسلسلة، والتحرك في الفراغ مع التحكم في الجسم في الأماكن المفتوحة والمغلقة مثل: (الانتقال مع الموسيقى باستخدام جزء واحد أو أكثر من أجزاء الجسم).	(2-1-1-1)		
3	يستقل في تطبيق مهارات حل المشكلة للأنشطة المتصلة بالحركة عبر التغلب على صعوبات الحركة البسيطة باستخدام جزء واحد أو أكثر من أجزاء الجسم.	(3-1-1-1)		
1	يصف مشاعره وملاحظاته حول النشاط الرياضي وأثره على جسمه مثل: (كيف يشعر خلال التمرين الرياضي وبعده، وقبل وبعد تناول الطعام) بمساعدة المعلمة.	(1-1-2-1)	(1-2-1): يدمج مفاهيم اللياقة البدنية والصحة في حياته اليومية لتحسين مستوى الصحة واللياقة البدنية والمحافظة عليهما.	(2-1): اللياقة البدنية
2	يظهر فهماً لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية المختلفة وتأثيرها على الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس والتي تجعل من دقات القلب والتنفس سريعة جداً، أو سريعة، أو بطيئة على التوالي).	(2-1-2-1)		
3	يحدد عددًا من الأنشطة البدنية التي يعتبرها ممتعة، ويمارسها من خلال المشاركة في الحركات الإبداعية والتعبير الحركي.	(3-1-2-1)		
1	يظهر معرفته بأن المهارات الحركية الأساسية المختلفة يتم أداؤها بأجزاء مختلفة من الجسم، لوحدها أو مجتمعة مثل: (الركل يتم بالقدم، والرمي باليد).	(1-1-3-1)	(1-3-1): يشارك بانتظام في الأنشطة البدنية من أجل الصحة، والاستمتاع، والتحدي، والتعبير عن الذات والتفاعل الاجتماعي للمحافظة على نمط حياة صحي نشط.	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية
2	يشارك في المهارات الحركية الأساسية التي تختارها المعلمة وتبادر بها.	(2-1-3-1)		
3	يجمع بين أداء سلسلة من المهارات الحركية الأساسية بطريقة منظمة.	(3-1-3-1)		
1	يظهر وعياً بمفاهيم الجسم من خلال تعريف الأجزاء الكبيرة والصغيرة للجسم، واستيعاباً لمفاهيم المساحة عبر تعريف الفراغ الخاص والعام بمساعدة المعلمة.	(1-1-4-1)	(1-4-1): يطبق قواعد وإستراتيجيات الحركة عند تعلم وأداء أنشطة رياضية جديدة.	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات
1	يلتزم بقواعد وإجراءات السلامة المناسبة لمرحلته العمرية في الغرفة الصفية والملعب مع دعم المعلمة.	(2-1-4-1)		

تابع/مجال التربية البدنية (1)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
1	يظهر سلوكًا آمنًا تجاه الذات والآخرين باتباع التعليمات والإجراءات والممارسات الآمنة أثناء أداء الأنشطة الرياضية مع توجيه وتعزيز المعلمة.	(1-1-5-1)	(1-5-1): يظهر سلوكًا شخصيًا واجتماعيًا مسؤولًا يحترم الذات والآخرين في أماكن النشاط الرياضي.	1-5: السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	1
1	يتفاعل بشكل مناسب أثناء أداء الأنشطة الرياضية مع أقرانه والأشخاص الكبار المألوفين لديه ويبقى على المهمة لفترات قصيرة مثل: (المشاركة في النشاط الرياضي، والالتزام بالدور، واتباع القواعد).	(2-1-5-1)	(2-5-1): يظهر فهمًا وتقبلًا واحترامًا للاختلافات بين الناس في أماكن النشاط الرياضي.		
1	يظهر الرغبة في اللعب مع أقرانه في صفه، ويعترف بأوجه التشابه، ويقدر الاختلافات بين الناس.	(1-2-5-1)			
مجال التربية الصحية (2)					
1	يعدد فوائد النشاط الرياضي للصحة الجيدة.	(1-1-1-2)	(1-1-2): يظهر فهمًا لأهمية النشاط البدني، والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.	2-1: النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	1
2	يصف سلوكيات يومية تساعد على المحافظة على الصحة الجيدة مثل: (تناول الأطعمة الصحية المتوازنة، وممارسة نشاط بدني بانتظام، وغسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والحصول على قسط كاف من النوم، وارتداء واقي من الشمس).	(2-1-1-2)			
2	يفسر قوله تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ (سورة التين). (الربط مع التربية الإسلامية).	(3-1-1-2)			
2	يفسر كيف تتأثر الصحة بالنمو والتفاعل بين أجزاء الجسم. (الربط مع مادة العلوم).	(1-2-1-2)	(2-1-2): يظهر معرفة بمراحل الحياة ابتداءً بمرحلة تطور الجنين، والولادة، ومرورًا بجميع مراحل حياة الإنسان.		
2	يشرح أنواع العواطف والمشاعر وكيفية التعبير عنها بمهارات اتصال فعالة. (الربط مع مهارات الاتصال اللغوية والمهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعد على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.		
3	يصف طرائق لإدارة مشاعره بعد اللعب وأثناء فترة الراحة وكيفية التكيف مع الظروف الصعبة. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-2-2)			
1	يظهر فهمًا لمهارات الاستماع الفعال لبناء علاقات صحية مع الرفاق وأعضاء الأسرة والمحافظة عليها. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-2-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.	2-2: الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	1
2	يمارس أساليب التواصل اللفظي وغير اللفظي كوسائل لتعزيز الصحة. (الربط مع مهارات الاتصال اللغوية).	(2-2-2-2)			
3	يحدد السمات الضرورية ليكون فردًا مسؤولًا ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المهارات الحياتية/القيادة).	(3-2-2-2)			

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
1	يحدد طرائق التعامل مع الآخرين (احترام الرأي والرأي الآخر).	(1-3-2-2)	تابع/(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	1
3	يبدأ في الاشتراك في وضع حلول لحل الخلاف، ويطلب المساعدة عند الضرورة.	(2-3-2-2)	تابع/(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	
2	يعرض ممارسات صحية جيدة لتحسين الصحة الشخصية والمحافظة عليها.	(1-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعاباً للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
3	يلعب أدواراً لتشجيع ودعم الآخرين في اتخاذ قرارات صحية إيجابية مثل: (أضرار الدهون والسكريات على الصحة).	(1-2-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	
1	يحدّد مخاطر التدخين القصري أو السليبي على الصحة مثل: (السرطان والأمراض الأخرى).	(1-3-3-2)	(3-3-2): يظهر فهماً لمخاطر التدخين، وتعاطي المخدرات، وتناول الكحول والمنشطات، وإساءة استعمال الأدوية وغيرها من المواد الضارة.	
1	يحدد الأشخاص البالغين الموثوق بهم، والذين يحددون بأمان الدواء الذي يجب تناوله مثل: (أفراد العائلة، المعلمين).	(2-3-3-2)	(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	
3	يبدأ في المحافظة على البيئة مثل: (العناية بالأشجار والزهور - عدم رمي النفايات، التدوير، إلخ...).	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر وعياً بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	
1	يحدد بعض إجراءات الوقاية التي تساعد على تجنب الإصابات.	(1-5-3-2)	(5-3-2): يظهر فهماً لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
2	يفسر لماذا يجب معالجة الإصابة والمرض بشكل مبكر.	(2-5-3-2)	(5-3-2): يظهر فهماً لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
3	يصف البيئة الصحية والأمنة مثل: (أضرار الأجهزة الإلكترونية...).	(3-5-3-2)	(5-3-2): يظهر فهماً لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
2	يبدأ بمناقشة طرائق الحصول على المعلومات المتعلقة بنمو الإنسان وتطوره من أفراد العائلة، والعاملين في المدرسة، والمختصين في الصحة وآخرين من الأشخاص البالغين المسؤولين.	(1-1-4-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية
3	يبحث عن المعلومات الصحية من الأشخاص البالغين الموثوقين مثل: (القضايا العامة في الصحة والسلامة، الأدوار والمسؤوليات للمساعدات في المجتمع، والاتصال الهاتفي بأرقام الطوارئ، وطلب المساعدة من رجال الإطفاء أو ضباط الشرطة).	(2-1-4-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	
1	يتعرف وسائل الإعلام والتكنولوجيا في التأثير على حياته.	(1-2-4-2)	(2-4-2): يظهر فهماً لمدى تأثير العوامل الخارجية في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.	

تابع/مجال التربية الصحية (2)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
2	يحدد الهدف الصحي مثل: (أهمية النوم المبكر، تناول الحليب والماء والخضراوات والفاواكه).	(1-3-4-2)	(3-4-2): يظهر القدرة على وضع الأهداف لتعزيز الصحة.	تابع/(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	1
1	يظهر القدرة على اتخاذ قرارات لتعزيز الصحة (عدد ساعات النوم اليومية، كمية الحليب اليومية).	(1-4-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.		
1	يحدد الأشخاص البالغين الذين يمكنهم المساعدة في اتخاذ القرارات المتعلقة بالصحة مثل: (أفراد العائلة، المعلمين...).	(2-4-4-2)			
مجال التربية البدنية (1)					
1	يبدأ بتنسيق أداء المهارات الحركية الكبرى والدقيقة من أجل المشاركة في أنشطة مركبة وطلاقة حركية.	(1-1-1-1)	(1-1-1): يظهر كفاءة في أداء المهارات الحركية وأنماط الحركة اللازمة لأداء مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية.	(1-1): المهارات الحركية	2
1	يبدأ بتطبيق مهارات حل المشكلة المتعلقة بالأنشطة عبر التغلب على صعوبات الحركة باستخدام جزء أو أكثر من أجزاء الجسم.	(2-1-1-1)			
1	يبدأ بتطبيق ربط الحركات الانتقالية وغير الانتقالية ويستخدم الأدوات أثناء أداء أنشطة رياضية متنوعة.	(3-1-1-1)			
1	يتعرف المؤشرات الفسيولوجية للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، والعطش). (الربط مع مادة العلوم العامة).	(1-1-2-1)	(1-2-1): يدمج مفاهيم اللياقة البدنية والصحة في حياته اليومية لتحسين مستوى الصحة واللياقة البدنية والمحافظة عليهما.	(2-1): اللياقة البدنية	2
2	يظهر فهمه للعلاقة بين الأنشطة الرياضية وعناصر اللياقة البدنية لتحسين مستوى الصحة مثل: يعرف أثر تدريبات كلاً من (التحمل على تحسين حالة القلب والجهاز التنفسي - القوة على زيادة حجم العضلات - المرونة على تحسين المدى الحركي للمفاصل - الحالة التغذوية وأثرها على التكوين الجسماني).	(2-1-2-1)			
1	يظهر معرفته ببعض القوانين المبسطة في نوع النشاط الرياضي الذي يمارسه.	(1-1-3-1)	(1-3-1): يشارك بانتظام في الأنشطة البدنية من أجل الصحة، والاستمتاع، والتحدي، والتعبير عن الذات والتفاعل الاجتماعي للمحافظة على نمط حياة صحي نشط.	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	2
2	يشارك في المهارات الحركية الأساسية بحيث يكون أكثرها من اختياره وأقلها من تقديم المعلمة.	(2-1-3-1)			
3	يجمع بين أداء سلسلة من المهارات الحركية الأساسية بطريقة منظمة.	(3-1-3-1)			
1	يظهر تفهماً لعمل الجسم، وأين ينتقل الجسم، وكيف يقوم الجسم بأداء الحركة والعلاقات التي تحدث خلال الحركة.	(1-1-4-1)	(1-4-1) يطبق قواعد وإستراتيجيات الحركة عند تعلم وأداء أنشطة رياضية جديدة.	(4-1) المفاهيم والإستراتيجيات	2
1	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة لأنشطة رياضية محددة.	(2-1-4-1)			



## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب الصف:

تابع/مجال التربية البدنية (1)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
1	يفهم قواعد الصف، ويشارك في تطويرها، ويلتزم بالأنظمة الصفية، وإجراءات وممارسات السلامة، ويظهر أدبًا وروحًا رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي.	(1-1-5-1)	(1-5-1): يظهر سلوكًا شخصيًا واجتماعيًا مسؤولًا يحترم الذات والآخرين في أماكن النشاط الرياضي.	(5-1): السلوك	2
1	يطور المهارات الضرورية لحل الخلافات بسلام.	(2-1-5-1)		المسؤول واحترام الاختلافات	
1	يظهر سلوكيات تراعي الفروق الفردية، والتي يمكن أن تؤثر في الأنشطة الرياضية الجماعية مثل: (الجسدية، والنوع الاجتماعي، والثقافية/العرقية، والاجتماعية الوجدانية).	(1-2-5-1)	(2-5-1): يظهر فهمًا وتقبلًا واحترامًا للاختلافات بين الناس في أماكن النشاط الرياضي.		
مجال التربية الصحية (2)					
2	يصف الغذاء الصحي، ويحدد مخاطر تناول الطعام غير الصحي.	(1-1-1-2)		(1-2) النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	2
2	يصف فوائد النشاط البدني، وكيفية دمج اللياقة البدنية كنمط لحياة الفرد.	(2-1-1-2)	(1-1-2): يظهر فهمًا لأهمية النشاط البدني، والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.		
2	يظهر فهمه لدعوة الإسلام للمحافظة على الصحة الجيدة والقوام السليم. (الربط مع مادة التربية الإسلامية).	(3-1-1-2)			
2	يظهر فهمًا للوظائف المتخصصة في أنظمة الجسم. (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-2-1)	(2-1-2): يظهر معرفة بمراحل الحياة ابتداءً بمرحلة تطور الجنين، والولادة، ومرورًا بجميع مراحل حياة الإنسان.		
1	ينمي تقديره الخاص بجسده وكيفية العناية به. (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-2-2)		(2-2) الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	2
2	يفسر أهمية الصحة الجيدة مثل: (الشعور بالراحة، والإنتاجية في العمل، والوقاية من الأمراض). (الربط مع مادة اللغة العلوم والمهارات اللغوية).	(2-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعد على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.		
1	يظهر السمات الضرورية، ليكون فردًا مسؤولًا ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المواطنة).	(1-2-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.		
2	يظهر فهمًا لمهارات التجنب والرفض لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات والحياتية).	(2-2-2-2)			
3	يطبق مهارات الاستماع الفعال لبناء علاقات صحية مع الرفاق وأعضاء العائلة والمحافظة عليها. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(3-2-2-2)			
2	يستخدم إستراتيجيات العائلة والرفاق والمدرسة والمجتمع لمنع الخلاف وإدارته وحله، ويحدد الأشخاص البالغين الذين قد يقدمون المساعدة عند الحاجة.	(1-3-2-2)	(3-2-2): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.		



تابع/مجال التربية الصحية (2)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
1	يعرّف ويشرح بعض سبل الوقاية من الأمراض المعدية مثل: (غسل اليدين، والابتعاد عن الأشخاص المصابين بالمرض). (الربط مع مادة العلوم والمهارات الحياتية).	(1-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعابًا للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	2
1	يحدد طرائق للدعوة والتأييد من أجل أفراد وعائلات ومدارس صحية. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة).	(1-2-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.		
2	يصف أساليب متنوعة لنقل المعلومات والمفاهيم والمهارات الصحية الدقيقة. (الربط مع المهارات اللغوية).	(2-2-3-2)	(3-3-2): يظهر فهمًا لمخاطر التدخين، وتعاطي المخدرات، وتناول الكحول والمنشطات، وإساءة استعمال الأدوية وغيرها من المواد الضارة.		
1	يحدّد الأدوية التي يتم شراؤها من دون وصفة طبية والأشخاص الموثوق بهم والذين يمكنهم إعطاء هذه الأدوية للأطفال مثل: (الأسبيرين، أدوية السعال، قطرة العين،... إلخ). (الربط مع العلوم).	(1-3-3-2)	(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية		
3	يلعب دور الرفض لقبول منتجات يمكن أن تكون مؤذية مثل: (التبغ بجميع أشكاله، والأدوية). (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-3-3-2)	(4-3-2): يظهر وعيًا بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.		
1	يحدد أسباب التلوث الهوائي وأثره على الصحة مثل: (زيادة عدد المصانع والورش الصناعية، وزيادة عدد المكائن والسيارات التي تنفث الأدخنة والمواد المسببة للتلوث). (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة والعلوم).	(1-4-3-2)	(3-4-3-2) يظهر معرفة بتأثير التدخين السلبي على الصحة.		
1	يحدد أسباب تلوث المياه ويستنتج أثر ذلك على الصحة. (الربط مع التربية الوطنية (المواطنة) والعلوم).	(2-4-3-2)	(4-4-3-2) يشرح أهمية إعادة تدوير المواد، ويطبق خطة لممارسة التدوير. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة والعلوم).		
2	يظهر معرفة بتأثير التدخين السلبي على الصحة.	(3-4-3-2)	(5-3-2): يظهر فهمًا لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.		
2	يشرح أهمية إعادة تدوير المواد، ويطبق خطة لممارسة التدوير. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة والعلوم).	(4-4-3-2)	(1-1-4-2) يحدد طرائق الحصول على معلومات حول نمو الإنسان وتطوره من العائلة، والعاملين في المدرسة، والمختصين في الصحة.		
1	يحدد السلوكيات الشخصية التي تعزز الصحة.	(1-5-3-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.		
1	يحدد طرائق الحصول على معلومات حول نمو الإنسان وتطوره من العائلة، والعاملين في المدرسة، والمختصين في الصحة.	(1-1-4-2)	(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية		
3	يلعب أدوارًا تتمثل في طلب وإعطاء معلومات مع الأشخاص البالغين الموثوقين مثل: (القضايا العامة في الصحة والسلامة، الأدوار والمسؤوليات للمساعدة في المجتمع، والاتصال الهاتفي بأرقام الطوارئ، وطلب المساعدة من رجال الإطفاء أو ضباط الشرطة).	(2-1-4-2)			

تابع/مجال التربية الصحية (2)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
2	يحدد كيف يمكن للعائلات أن تؤثر على الصحة الشخصية، ويناقش دوره ودور والديه في العائلة وعلى سبيل المثال: (دور العائلة في اختيار الأطعمة الصحية والابتعاد عن الأغذية غير الصحية، ويعددها مثل: (الوجبات السريعة، الأغذية السكرية). (الربط مع مادة التربية الوطنية/المواطنة).	(1-2-4-2)	(2-4-2): يظهر فهمًا لمدى تأثير العوامل الخارجية في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.	تابع/(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	2
3	يبدأ في وضع أهداف بسيطة من أجل تعزيز الصحة مثل: (المحافظة على مواعيد النوم والاستيقاظ وتحديد ساعات ممارسة الأنشطة البدنية، تقنين ساعات الخمول البدني، الجلوس على الأجهزة الإلكترونية...). (الربط مع مادة المهارات الحياتية ومهارات القرن 21).	(1-3-4-2)	(3-4-2): يظهر القدرة على وضع الأهداف لتعزيز الصحة.		
3	يتخذ قرارات لتعزيز الصحة. (الربط مع مادة المهارات الحياتية ومهارات القرن 21).	(1-4-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.		
مجال التربية البدنية (1)					
3	ينسق في أدائه بين مهارات الحركة الكبرى والدقيقة من أجل المشاركة في أنشطة مركبة لتنمية الطلاقة الحركية.	(1-1-1-1)	(1-1-1): يظهر كفاءة في أداء المهارات الحركية وأنماط الحركة اللازمة لأداء مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية.	(1-1): المهارات الحركية	3
3	يطبق مهارات حل المشكلة في الحركات المتصلة بالأنشطة عبر التغلب على الصعوبات باستخدام جزء أو أكثر من أجزاء الجسم.	(2-1-1-1)			
3	يطبق ربط الحركات الانتقالية وغير الانتقالية، ويستخدم الأدوات الرياضية أثناء أداء أنشطة رياضية متنوعة فردية ومع الآخرين.	(3-1-1-1)			
1	يمارس الأنشطة الرياضية لزيادة كفاءته في المهارات المتخصصة.	(1-1-2-1)	(1-2-1): يدمج مفاهيم اللياقة البدنية والصحة في حياته اليومية لتحسين مستوى الصحة واللياقة البدنية والمحافظة عليهما.	(2-1): اللياقة البدنية	
2	يشرح العلاقة بين الأنشطة الرياضية وعناصر اللياقة البدنية في تعزيز مستوى الصحة مثل: (يعرف أثر تدريبات كلاً من: التحمل على تحسين حالة القلب والجهاز التنفسي - القوة على زيادة حجم العضلات - المرونة على تحسين المدى الحركي للمفاصل - الحالة التغذوية وأثرها على التكوين الجسماني).	(2-1-2-1)			

تابع/مجال التربية البدنية (1)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
1	يظهر فهماً لمجموعة متنوعة من الحركات الرياضية، وكيف تؤثر على الجسم.	(1-1-3-1)	(1-3-1): يشارك بانتظام في الأنشطة البدنية من أجل الصحة، والاستمتاع، والتحدي، والتعبير عن الذات والتفاعل الاجتماعي للمحافظة على نمط حياة صحي نشط.	(3-1): الأنتظام في ممارسة الأنشطة البدنية	3
2	يشارك بانتظام في مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية المعتدلة إلى النشطة والملائمة للمرحلة العمرية.	(2-1-3-1)			
3	يظهر فهمه لمفاهيم النشاط الرياضي التي تساعد على تطوير أداء المهارة الحركية.	(3-1-3-1)			
1	يُعرف العناصر الضرورية لأداء المهارة لنفسه وللآخرين باستخدام مفردات الحركة.	(1-1-4-1)	(1-4-1): يطبق قواعد وإستراتيجيات الحركة عند تعلم وأداء أنشطة رياضية جديدة.	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات	
3	يطبّق قواعد وممارسات وإجراءات السلامة أثناء أدائه لأنشطة رياضية محددة، ويفسر أهميتها.	(2-1-4-1)			
2	يلتزم بالأنظمة الصفية، وقواعد النشاط الخاص، وإجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدباً وروحاً رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي.	(1-1-5-1)	(1-5-1): يظهر سلوكاً شخصياً واجتماعياً مسؤولاً يحترم الذات والآخرين في أماكن النشاط الرياضي.	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	
3	يمارس المهارات اللازمة لحل الخلافات بسلام. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-5-1)			
3	يظهر احتراماً للإعاقات الجسدية لزملائه أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)	(2-5-1): يظهر فهماً وتقبلاً واحتراماً للاختلافات بين الناس في أماكن النشاط الرياضي.		
مجال التربية الصحية (2)					
1	يعرف مصادر الغذاء الشائعة المتضمنة في النظام الغذائي المتوازن، مثل: الفاكهة، والخضار، والحبوب (مع مراعاة الطبق الغذائي). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-1-2)			
2	يصنف المصادر والمواد الغذائية، ودورها في كيفية اتباع النظام الغذائي الصحي مثل: (الفيتامينات والمعادن والبروتينات، والكربوهيدرات، والدهون). (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-1-2)	(1-1-2): يظهر فهماً لأهمية النشاط البدني، والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	
2	يربط بين الاهتمام بالنشاط الرياضي وتناول الغذاء الجيد مع دعوة الإسلام للاهتمام بالصحة. (الربط مع مادة التربية الإسلامية).	(3-1-1-2)			
2	يفهم أثر السلوكيات الشخصية الصحية على عمل أجهزة الجسم. (الربط مع مادة العلوم والمهارات الحياتية).	(1-2-1-2)	(2-1-2): يظهر معرفة بمراحل الحياة ابتداءً بمرحلة تطور الجنين، والولادة، ومروراً بجميع مراحل حياة الإنسان.		

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
2	يقارن بين كل من الحالة الصحية السيئة والجيدة، ويشرح خصائص كل منهما. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(1-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعد على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.	الصححة (2-2): العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
3	يبين ويوضح أن مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي هي وسيلة لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات اللغوية).	(1-2-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.	
3	يعرف ويستخدم مهارات التجنب والرفض لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-2-2-2)		
2	يستخدم إستراتيجيات التعاون والتنسيق مع العائلة والرفاق والمدرسة والمجتمع لمنع الخلاف وإدارته وحله، ويحدد الأشخاص البالغين الذين قد يساعدون في ذلك عند الحاجة.	(1-3-2-2)	(3-2-2): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.	3
2	يتميز أعراض المرض التي يمكن رؤيتها وقياسها مثل: (الطفح وارتفاع درجة الحرارة) والأعراض التي لا يمكن رؤيتها إلا من خلال وصف المريض، مثل: (الألم) (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعاباً للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
2	يشرح بعض المؤشرات الدالة على السمنة مثل: (BMI ومحيط الوسط...). (الربط مع مادة العلوم).	(2-3-1-2)		
1	يحدّد منظمات المجتمع المدني التي تدعو إلى النهوض بالصحة بين الأفراد، والعائلات، والمجتمعات مثل: (الصحة المدرسية، هيئات الصحة، منظمة الصحة العالمية). (الربط مع المواطنة والدراسات الاجتماعية).	(1-2-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
1	يتعرف البدائل الغذائية الصحية من خلال مقارنات مكونات البطاقة الغذائية للأغذية.	(2-3-2-2)		
2	يقارن ويميّز بين طرائق متنوعة تهدف إلى تشجيع ودعم الآخرين على صنع خيارات صحية إيجابية. (الربط مع المواطنة).	(3-2-3-2)		
1	يظهر رفضه لقبول منتجات يمكن أن تكون مؤذية مثل: (السجائر، والكحول، والأدوية).	(1-3-3-2)		(3-3-2): يظهر فهماً لمخاطر التدخين، وتعاطي المخدرات، وتناول الكحول والمنشطات، وإساءة استعمال الأدوية وغيرها من المواد الضارة.
2	يشرح لماذا يجب أن يكون الشخص الوحيد الذي يجب أن يتناول الدواء هو من تم وصفه له من قبل الطبيب على سبيل المثال: (الجرعة المناسبة لحجم الشخص، رد الفعل التحسسي، والتغير في معدل ضربات القلب، ...إلخ). (الربط مع مادة العلوم والمهارات الحياتية).	(2-3-3-2)		

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يقدم عرضًا للوحات حائط، أو كتابًا إلكترونيًا، أو بحثًا مصورًا، حول المخاطر المرتبطة بالتدخين، والمخدرات والأدوية التي لا يتم وصفها للشخص من قبل الطبيب مثل: (السرطان والأمراض الأخرى، وأمراض الحساسية، وإعاقة النمو). (الربط مع مادة العلوم ومهارات القرن الحادي والعشرين/التعلم الذكي).	(2-3-3-3)	تابع/(3-2): يظهر فهمًا لمخاطر التدخين، وتعاطي المخدرات، وتناول الكحول والمنشطات، وإساءة استعمال الأدوية وغيرها من المواد الضارة.	تابع/(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
3	يعدُّ (بشكل فردي أو جماعي) إعلانات للخدمة العامة أو نشرات إعلامية حول أهمية إعادة التدوير، ويقترح خطة لتطبيق إعادة التدوير (باستخدام وسائل تكنولوجية). (الربط مع المواطنة ومهارات القرن الحادي والعشرين).	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر وعيًا بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	
2	يفسر العلاقة بين السلوكيات الصحية الإيجابية والوقاية من الإصابات والأمراض. (الربط مع مادة العلوم).	(1-5-3-2)	(5-3-2): يظهر فهمًا لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
1	يحدد طرائق الحصول على معلومات حول نمو الإنسان وتطوره من العائلة، والعاملين في المدرسة، والمختصين في الصحة وآخرين من البالغين المسؤولين.	(1-1-4-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	3
2	يظهر معرفته لمكونات البطاقة الغذائية.	(2-1-4-2)		
2	يدرس أثر الإعلام والتكنولوجيا على حياته.	(1-2-4-2)	(2-4-2): يظهر فهمًا لمدى تأثير العوامل الخارجية في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.	(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية
3	يظهر القدرة على وضع الأهداف من أجل تعزيز الصحة مثل: (النوم، تناول الماء، الخضراوات والفواكه، أضرار المشروبات الغذائية والوجبات السريعة).	(1-3-4-2)	(3-4-2): يظهر القدرة على وضع الأهداف لتعزيز الصحة.	
3	يبدأ بالاستقلال في اتخاذ قرارات لتعزيز الصحة (الربط مع مهارات القرن 21)	(1-4-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.	
مجال التربية البدنية (1)				
3	ينسق بين أداء مهارات الحركة الكبرى والدقيقة من أجل تنفيذ أنشطة مركبة وحركات إبداعية (يستخدم السيطرة، والتوازن، والقوة، والتوافق).	(1-1-1-1)	(1-1-1): يظهر كفاءة في أداء المهارات الحركية وأنماط الحركة اللازمة لأداء مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية.	(1-1): المهارات الحركية
3	يطبق مهارات حل المشكلات للتغلب على الصعوبات الحركية.	(2-1-1-1)		4
3	يشارك مع الآخرين وباستخدام الأدوات في أداء المهارات الحركية في الأنشطة الرياضية.	(3-1-1-1)		

تابع/مجال التربية البدنية (1)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
1	يربط بشكل صحيح بين نتائج فحص اللياقة البدنية مع مستويات التغذية والحالة الصحية الشخصية.	(1-1-2-1)	(1-2-1): يدمج مفاهيم اللياقة البدنية والصحة في حياته اليومية، لتحسين مستوى الصحة واللياقة البدنية والمحافظة عليهما.	(2-1): اللياقة البدنية	4
2	يتعرف المؤشرات الفسيولوجية للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني ويعدد الأسباب مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، والعطش).	(2-1-2-1)			
1	يشرح كيف أن مجموعة متنوعة من الأنشطة البدنية تؤثر في صحة الجسم.	(1-1-3-1)	(1-3-1): يشارك بانتظام في الأنشطة البدنية من أجل الصحة، والاستمتاع، والتحدي، والتعبير عن الذات والتفاعل الاجتماعي للمحافظة على نمط حياة صحي نشط.	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	
2	يشرح أهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى الصحة والاستمتاع والتعبير عن الذات.	(2-1-3-1)			
3	يطبق فهمه لمفاهيم النشاط الرياضي لتطوير تسلسل أداء المهارة الحركية.	(3-1-3-1)			
1	يبدأ بإظهار القيادة في وضع قواعد وممارسات وإجراءات السلامة لأنشطة رياضية محددة. (الربط مع القيادة/مهارات القرن الحادي والعشرين).	(1-1-4-1)	(1-4-1): يطبق قواعد وإستراتيجيات الحركة عند تعلم وأداء أنشطة رياضية جديدة.	(4-1) المفاهيم والإستراتيجيات	
3	ينقد عناصر مهارة الأداء لنفسه وللآخرين باستخدام مفردات الحركة. (الربط مع التفكير الناقد).	(2-1-4-1)			
1	يظهر فهمًا للتحديات التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية. (الربط مع المواطنة).	(1-1-5-1)	(1-5-1): يظهر سلوكًا شخصيًا واجتماعيًا مسؤولًا يحترم الذات والآخرين في أماكن النشاط الرياضي.	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	
3	يطبق قواعد الصف، ويشارك في تطويرها، ويلتزم بالأنظمة الصفية، وقواعد النشاط الخاص، وإجراءات وممارسات السلامة، ويظهر أدبًا وروحًا رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-5-1)			
2	يطبق سلوكيات تراعي الفروق الفردية، والتي يمكن أن تؤثر في نشاطات المجموعة مثل: (الجسدية، النوع الاجتماعي، الثقافي/العرق، الاجتماعي، الوجداني). (الربط مع المواطنة ومهارات القرن الحادي والعشرين - التعلم التعاوني).	(1-2-5-1)	(2-5-1): يظهر فهمًا وتقبلًا واحترامًا للاختلافات بين الناس في أماكن النشاط الرياضي.		
مجال التربية الصحية (2)					
2	يميز بين السلوكيات اليومية التي تعزز الصحة الجيدة مثل: (اتباع أنظمة غذائية متوازنة، وممارسة الرياضة بشكل منتظم، وغسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والحصول على قدر كاف من النوم والوقاية من الشمس).	(1-1-1-2)	(1-1-2): يظهر فهمًا لأهمية النشاط البدني، والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	4
2	يفسر أهمية الأنظمة الغذائية والرياضة ونمط الحياة من أجل المحافظة على الصحة، والوقاية من الأمراض مثل: (أمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، والسكري). (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-1-2)			
2	يفسر حديث الرسول ﷺ "المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير". (الربط مع مادة التربية الإسلامية).	(3-1-1-2)			



تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
2	يفسّر العلاقة بين مراحل النمو والتغيرات الفسيولوجية البسيطة. (الربط مع مادة العلوم).	(1-2-1-2)	(2-1-2): يظهر معرفة بمراحل الحياة ابتداءً بمرحلة تطور الجنين، والولادة، ومرورًا بجميع مراحل حياة الإنسان.	تابع/(2-1): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم
1	يعرّف مهارات إدارة الإجهاد، ويحدد مسببات الاكتئاب للتمكن من التكيف مع الظروف الصعبة. (الربط مع مادة المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعد على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.	
2	يشرح الترابط بين الصحة العقلية والعاطفية والاجتماعية والمادية، ويطور جسده وكيف يهتم به. (الربط مع مادة المهارات الحياتية).	(2-1-2-2)		
2	يحدد ويناقش سبل التعبير عن العناية الصحية، ويحترم ذاته والآخرين دون تحيز، أو سوء معاملة، أو تمييز على أساس (اللون، أو الجنس، أو الدين، أو النسب، أو التخلف العقلي، والاضطراب العقلي والتعلم). (الربط مع مادة التربية الوطنية/المواطنة والمهارات الحياتية).	(1-2-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.	(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
3	يظهر مهارات التواصل المفتوح لبناء علاقات صحية مع الرفاق وأعضاء العائلة والمحافظة عليها. (الربط مع مادة التربية الوطنية/المواطنة والمهارات اللغوية والحياتية).	(2-2-2-2)		
2	يظهر معرفته بإستراتيجيات التعاون والتنسيق مع العائلة والرفاق والمدرسة والمجتمع لمنع الخلاف وإدارته وحله، ويحدد الأشخاص البالغين الذين يثق بهم لتقديم المساعدة عند الحاجة.	(1-3-2-2)	(2-2-3): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.	
2	يصف الأمراض المعدية والأمراض غير المعدية ويعطي أمثلة عليها: الأمراض غير المعدية (أمراض قلة الحركة: السمنة، السكري من النوع الثاني، هشاشة العظام).	(1-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعابًا للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
3	يشجع ويدعم الآخرين في اتخاذ قرارات صحية إيجابية. (الربط مع المواطنة).	(1-2-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
3	يتعاون في العمل من أجل الدعوة للنهوض بالصحة بين الأفراد، والعائلات، والمدارس مثل: (مشروع النهوض بالصحة والسلوك الحضاري).	(2-2-3-2)		
1	يعرّف فوائد السلوكيات الخالية من المخدرات والكحول.	(1-3-3-2)	(3-3-2): يظهر فهمًا لمخاطر التدخين، وتعاطي المخدرات، وتناول الكحول والمنشطات، وإساءة استعمال الأدوية وغيرها من المواد الضارة.	
2	يحلل ويشرح آثار المخدرات، والكحول والسجائر على الجسم مثل: (سرطان الرئة، وأمراض القلب، وفقدان الشهية، والعصبية...إلخ). (الربط مع المواطنة والمسؤولية المجتمعية).	(2-3-3-2)		



تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
1	يحدد الممارسات المؤذية التي تؤدي إلى تلوث البيئة وخطورتها على صحة الإنسان مثل: (الأنهار والبحار والمحيطات، والهواء والأرض). (الربط مع المواطنة).	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر وعيًا بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	تابع/(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
2	يقترح سبلًا لتنظيف البيئة، ويبيّن أثر ذلك على الصحة مثل: (المياه، والأرض، والهواء، ... إلخ). (الربط مع المواطنة).	(2-4-3-2)		
2	يقارن بين السلوكيات الآمنة (الاحماء والاسترخاء) ويتجنب السلوكيات الخطيرة أو المؤذية (الإجهاد والقلق) التي تزيد من احتمال حدوث الإصابات والأمراض. (الربط مع مادة المهارات الحياتية والعلوم).	(1-5-3-2)	(5-3-2): يظهر فهمًا لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
3	يطبق آليات آمنة أثناء أداء الأنشطة الرياضية للتقليل من الإصابات.	(2-5-3-2)		
2	يحدد مواقع مصادر المعلومات، والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع ويستخدمها.	(1-1-4-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	4
2	يفسر مكونات البطاقة الغذائية.	(2-1-4-2)		
2	يشرح كيف تؤثر الإعلانات التجارية في الصحة.	(3-1-4-2)		
2	يشرح كيف تؤثر العائلة والمدرسة والأقران على الصحة الشخصية.	(1-2-4-2)	(2-4-2): يظهر فهمًا لمدى تأثير العوامل الخارجية في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.	
2	يكتشف كيف يؤثر الإعلام والتكنولوجيا على سلوكياته الشخصية والصحية. (الربط مع المهارات الحياتية ومهارات القرن الحادي والعشرين).	(2-2-4-2)		
3	يحدد خطوات بسيطة لوضع الأهداف من أجل تعزيز الصحة مثل: (ممارسة الأنشطة البدنية - تناول وجبة الافطار - الابتعاد عن الوجبات السريعة).	(1-3-4-2)	(3-4-2): يظهر القدرة على وضع الأهداف لتعزيز الصحة.	
3	يطبق عملية اتخاذ قرارات لتعزيز الصحة.	(1-4-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.	

مجال التربية البدنية (1)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يؤدي شكلاً متطوراً نمائياً وناضحاً من أنواع المهارات الحركية للألعاب الرياضية المختلفة.	(1-1-1-1)	(1-1): المهارات الحركية	5
3	يدمج بين المهارات الحركية للألعاب الرياضية للمشاركة في حركات متوافقة نمائياً وأنشطة بدنية.	(2-1-1-1)		
3	يشارك في ألعاب رياضية مطورة متنوعة، ومهام متوافقة، وحركات إبداعية في التعبير الحركي والسباحة والأنشطة الرياضية.	(3-1-1-1)		
1	يظهر مهارات ومعرفة بتقييم مستويات اللياقة البدنية، ويشارك بأنشطة رياضية تنميها وتحافظ عليها.	(1-1-2-1)	(2-1): اللياقة البدنية	5
3	يطبق الاستجابات الفسيولوجية للتمرين الرياضي المرتبط مع مستوى اللياقة البدنية والتوازن الغذائي للفرد.	(2-1-2-1)	مستوى الصحة واللياقة البدنية والمحافظة عليهما.	
3	يطبق معرفته بأهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى الصحة والاستمتاع والتعبير عن الذات في المشاركة أو إعداد برنامج لياقة بدنية بسيط مع زملائه وبمساعدة المعلمة.	(1-1-3-1)	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	
1	يتعرف بنفسه من مصادر التكنولوجيا مفاهيم وقواعد اللعبة المستهدفة، ويقترح تحسينات على الأداء لنفسه وللآخرين. (الربط مع مهارات القرن الحادي والعشرين - البحث والاستقصاء).	(1-1-4-1)	(1-4-1): يطبق قواعد وإستراتيجيات الحركة عند تعلم وأداء أنشطة رياضية جديدة.	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات
3	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في المزيد من المواقف التعليمية الحركية.	(2-1-4-1)		
1	يظهر التسامح مع الزملاء، ويتجنب الخلافات.	(1-1-5-1)	(1-5-1): يظهر سلوكاً شخصياً واجتماعياً مسؤولاً يحترم الذات والآخرين في أماكن النشاط الرياضي.	(5-1): السلوك
3	يظهر فهماً لإستراتيجيات العمل الجماعي تشمل مختلف الزملاء، بغض النظر عن الفروق الفردية في أدائهم للأنشطة الرياضية. (الربط مع التعلم التعاوني).	(1-2-5-1)	(2-5-1): يظهر فهماً وتقبلاً واحتراماً للاختلافات بين الناس في أماكن النشاط الرياضي.	المسؤول واحترام الاختلافات
مجال التربية الصحية (2)				
2	يسترشد بمصادر متنوعة (الإنترنت وغيره) لتصميم خطة نظام تغذية صحية تتضمن محتوى غذائياً مناسباً للعمر والطول ومستوى النشاط الرياضي. (الربط مع التكنولوجيا - مهارات القرن 21).	(1-1-1-2)	(1-1-2): يظهر فهماً لأهمية النشاط البدني، والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم
	يعدّ بحثاً عن الصحة والتربية البدنية في الإسلام بمساعدة المعلمة. (الربط مع التربية الإسلامية ومهارات القرن 21).	(2-1-1-2)		5

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
2	يربط الطالب بين العمر والتغيرات الفسيولوجية. (الربط بمادة العلوم).	(1-2-1-2)	تابع/(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	5
1	يحدد الطرائق الصحية التي تساعد على التعبير عن احتياجاته ورغباته ومشاعره. (الربط مع المهارات اللغوية والمهارات الحياتية).	(1-1-2-2)		
2	يصف المشاعر وكيف يمكن أن تؤثر على سلوك الفرد. (الربط مع المهارات اللغوية ومهارات القرن الحادي والعشرين).	(2-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعد على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.	
3	يحلل مهارات إدارة الإجهاد، ويحدد مسببات الاكتئاب للتمكن من التكيف مع الظروف الصعبة مثل: (الخروج للمشي، أخذ استراحة، والتأمل،... إلخ). (الربط مع المهارات الحياتية).	(3-1-2-2)		
2	يبدأ بعرض السبل للتعبير عن العناية الصحية، والتعاطف، والاحترام، والمسؤولية نحو الآخرين دون تحيز، أو سوء معاملة، أو تمييز. (الربط مع المهارات اللغوية والمواطنة).	(1-2-2-2)	(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	
3	يستخدم مهارات التواصل لبناء علاقات صحية والمحافظة عليها. (الربط مع المهارات اللغوية).	(2-2-2-2)	الصحة.	
	يحدد إستراتيجيات للوقاية من العنف وإدارته وحلّه بطرائق صحية، ويحدد الأشخاص الذين يثق بهم للمساعدة في الوقت المناسب. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-3-2-2)	(3-2-2): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.	
3	يبحث في الأسباب المحتملة للخلاف بين الشباب في المدارس والمجتمعات. (الربط مع المهارات الحياتية والمواطنة).	(2-3-2-2)		
1	يتذكر العلامات الرئيسة والأعراض للأمراض المعدية مثل: (الإنفلونزا، والالتهاب الرئوي الحاد، وحمى الضنك، وغيرها). (الربط مع العلوم).	(1-1-3-2)		
2	يعدّد الإجراءات العامة للوقاية من الأمراض مثل: النظافة الشخصية، ونمط الحياة الصحي، والفحوصات الطبية المنتظمة. (الربط مع العلوم والمهارات الحياتية).	(2-1-3-2)	(3-2) الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	
2	يعرّف بعض الأمراض الوراثية بطبيعتها مثل تلك التي تنتقل من خلال جينات الآباء مثل: (التلاسيميا، وفقر الدم الأنيميا). (الربط مع العلوم).	(3-1-3-2)		

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يعدّ حججًا مقنعة مبنية على معلومات صحية دقيقة مثل: (الإعلانات) من أجل الدعوة، لتبني سلوكيات صحية ومقارنتها مع السلوكيات غير الصحية. (الربط مع المواطنة - المسؤولية المجتمعية - التفكير الإبداعي).	(1-2-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	تابع/(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
2	يقارن ويميّز فوائد السلوكيات الخالية من الكحول ومن المخدرات والسلوكيات المسيئة. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-3-3-2)	(3-3-2): يظهر فهمًا لمخاطر التدخين، وتعاطي المخدرات، وتناول الكحول والمنشطات، وإساءة استعمال الأدوية وغيرها من المواد الضارة.	
3	يصمم (بشكل فردي أو من خلال العمل مع فريق) الإعلانات لخدمة المجتمع مثل: العروض التقديمية، أو لوحات الحائط، أو المعارض، أو المواقع الإلكترونية، حول مخاطر المخدرات، والكحول، والتبغ على الجسم مثل: (سرطان الرئة، متلازمة الكحول الجنينية، وزيادة العضلات، وفقدان الشهية العصبي... إلخ) ويفسر العلاقة ما بين نقص فيتامين د، والأمراض. (الربط مع مهارات القرن الحادي والعشرين والمواطنة).	(2-3-3-2)	(4-3-2): يظهر وعيًا بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	
2	يشرح أهمية التقليل من النفايات وإعادة التدوير للمواد المستهلكة للمحافظة على البيئة. (الربط مع المواطنة والعلوم).	(1-4-3-2)	(5-3-2): يظهر فهمًا لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
2	يعطي أمثلة على إصابات وأمراض سببها التلوث البيئي مثل: (صعوبات التنفس، الربو، فقدان حاسة السمع، وغير ذلك). (الربط مع المواطنة والعلوم).	(2-4-3-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	
2	يقارن بين السلوكيات الآمنة والسلوكيات الخطيرة أو المؤذية للوقاية من الإصابات والأمراض.	(1-5-3-2)	(2-4-2): يظهر فهمًا لمدى تأثير العوامل الخارجية في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.	
2	يفسر كيف أن اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة تساعد على الوقاية من الأمراض.	(2-5-3-2)	(3-4-2): يظهر القدرة على وضع الأهداف لتعزيز الصحة.	تابع/(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية
3	يتعرف الطرائق الآمنة للحصول على المعلومات الطبية الدقيقة حول الثقافة الجسدية الشاملة من العائلة، والمعلمين. (الربط مع مهارات القرن الحادي والعشرين/ومهارات البحث والاستقصاء).	(1-1-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.	
2	يحلل تأثير العائلة والمدرسة والأقران السلبي والإيجابي على الصحة الشخصية. (الربط مع المهارات الحياتية ومهارات القرن الحادي والعشرين/التفكير الناقد).	(1-2-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.	
3	يحدد خطوات عملية لوضع الأهداف من أجل تعزيز الصحة مثل: (المحافظة على الوزن، ممارسة الأنشطة البدنية).	(1-3-4-2)		
3	يشجع على اتخاذ قرارات لتعزيز الصحة مثل: (تناول الأطعمة الصحية....).	(1-4-4-2)		

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
1	يستعرض إعلانات التوظيف للمختصين العاملين في مجال اللياقة البدنية والصحة.	(1-1-5-2)	(1-5-2): يتمكن من الوصول إلى معلومات عن المهن في مجال الصحة واللياقة، ويظهر فهمه للتأهيل والشهادات المطلوبة لهذه المهن.	5
1	يعدد مهناً متنوعة في مجال اللياقة البدنية والصحة.	(2-1-5-2)		
مجال التربية البدنية (1)				
2	يوظف المهارات الحركية في أدائه لمختلف الأنشطة الرياضية.	(1-1-1-1)	(1-1-1): يظهر كفاءة في أداء المهارات الحركية وأنماط الحركة اللازمة لأداء مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية.	6
3	يطبق المهارات الحركية التي تعلمها في التمرين على الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية المختارة.	(2-1-1-1)		
1	يظهر فهمه لمكونات حمل التدريب الرياضي مثل (الشدة، الكثافة، الحجم).	(1-1-2-1)	(1-2-1): يدمج مفاهيم اللياقة البدنية والصحة في حياته اليومية لتحسين مستوى الصحة واللياقة البدنية والمحافظة عليهما.	
3	يحلل نتائج قياس عنصر واحد أو أكثر من مكونات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	(2-1-2-1)		6
1	يتعرف قوانين النشاط الرياضي الذي يختاره، ويلتزم بها ويشارك بالمعلومة مع أقرانه.	(1-1-3-1)		
2	يحدد ويقرر نوع النشاط البدني الذي يمارسه ومدى مناسبته لجسمه.	(2-1-3-1)	(1-3-1): يشارك بانتظام في الأنشطة البدنية من أجل الصحة، والاستمتاع، والتحدي، والتعبير عن الذات والتفاعل الاجتماعي للمحافظة على نمط حياة صحي نشط.	
3	يظهر فهمه للروابط بين الهدف من المهارات الرياضية وتأثيرها على اللياقة البدنية.	(3-1-3-1)		6
2	يظهر فهماً لعمل الجسد، وكيف يتحرك، وكيف يقوم بأداء الحركات البدنية، والعلاقات التي تحدث عند القيام بأشكال متزايدة التعقيد من الحركة والأداء البدني.	(1-1-4-1)	(1-4-1): يطبق قواعد وإستراتيجيات الحركة عند تعلم أنشطة رياضية جديدة.	
3	يقيم أداء زملائه عبر الملاحظة المباشرة أو لقطات (الفيديو) المسجلة، ويحدد بدقة الفجوات (الأخطاء) في الأداء الحركي بمساعدة المعلم.	(2-1-4-1)		
2	يستمر في تطوير مهاراته الحركية للمشاركة المنتجة في النشاطات التعاونية والتنافسية ضمن المجموعات.	(1-1-5-1)	(1-5-1): يظهر سلوكاً شخصياً واجتماعياً مسؤولاً يحترم الذات والآخرين في أماكن النشاط الرياضي.	6
3	يطبق مهارات ملائمة من أجل حل الخلاف بسلام.	(2-1-5-1)		
1	يحترم الميول والاتجاهات واختلاف الدوافع لدى زملائه في مختلف مناحي الحياة.	(1-2-5-1)	(1-5-1): يظهر فهماً وتقبلاً واحتراماً للإختلافات بين الناس في أماكن النشاط الرياضي.	
1	يظهر إدراكه لأهمية الأسلوب التعاوني لتحقيق هدف مشترك في الأنشطة الرياضية.	(2-2-5-1)		

مجال التربية الصحية (2)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
2	يسترشد بمصادر متنوعة (الإنترنت وغيره) لتطبيق خطة لياقة بدنية مبنية على الاهتمامات والأهداف والصحة الشخصية. (الربط مع المهارات التكنولوجية ومهارات القرن 21).	(1-1-1-2)	(1-1-2): يظهر فهمًا لأهمية النشاط البدني، والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	6
3	يطبق كيفية قياس معدل ضربات القلب وضغط الدم ومؤشر كتلة الجسم، والسعرات الحرارية، وغيرها من المؤشرات التي تدل على نمط حياة صحي. (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-1-2)	(2-1-2): يظهر معرفة بمراحل الحياة ابتداءً بمرحلة تطور الجنين، والولادة، ومرورًا بجميع مراحل حياة الإنسان.		
2	يصف التغيرات الجسدية والعاطفية التي تحدث أثناء فترة البلوغ. (الربط مع مادة العلوم والصحة النفسية).	(1-2-1-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعد على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.		
1	يصف الترابط بين الصحة العقلية والعاطفية والاجتماعية والمادية، ويقدر جسده وكيفية العناية به. (الربط مع مادة العلوم والمهارات الحياتية).	(1-1-2-2)		(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	
1	يحدد السمات الضرورية ليكون فردًا مسؤولاً ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المواطنة والمهارات الحياتية).	(1-2-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.		
2	يظهر سبل التعبير عن العناية الصحية، والتعاطف، والاحترام، والمسؤولية نحو الآخرين دون تحيز، أو سوء معاملة، أو تمييز. (الربط مع المواطنة والمهارات الحياتية).	(2-2-2-2)	(3-2-2): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.		
3	يطبق مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي كوسيلة لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(3-2-2-2)		(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	
3	يعرض إستراتيجيات للوقاية من الخلاف وإدارته وحله بطرائق صحية وتحديد الأشخاص البالغين والاصدقاء الذين يثق بهم لتقديم المساعدة في الوقت المناسب.	(1-3-2-2)			
1	يتعرف أسباب وطرائق العدوى، وطرائق الوقاية للأمراض الشائعة مثل: (الإنفلونزا، والحصبة، والملاريا، وفيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)، السكري من النوع الثاني، هشاشة العظام). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعابًا للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.		
1	يتعرف دور جهاز المناعة في الجسم في مقاومة الأمراض وتعزيز الشفاء. (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-3-2)			
1	يتعرف دور النوم الصحي في تعزيز المناعة. (الربط مع مادة العلوم).	(3-1-3-2)			



تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
1	يعرّف الآثار الفسيولوجية والنفسية للتدخين وتناول الكحول وغيرها من المخدرات على الفرد. (الربط مع مادة العلوم).	(1-2-3-2)	تابع/(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	6
2	يحلل العوامل التي تؤثر في الشخص عند تناول الكحول أو المخدرات، أو التدخين. (الربط مع مادة العلوم).	(2-2-3-2)		
1	يعدّد العوامل التي تؤثر في الصحة البيئية. (الربط مع مادة الدراسات الاجتماعية والمواطنة).	(1-3-3-2)		
1	يحدّد طرائق للتقليل من تلوث الهواء مثل: (المشي أو استخدام وسائل النقل العامة بدلاً من السيارات).	(2-3-3-2)		
2	يفسر كيف يمكن لنمط الحياة الصحي الملائم أن يحمي من الموت المبكر والأمراض غير المعدية (الإعاقات الجسدية، هشاشة العظام.....).	(1-4-3-2)	تابع/(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	6
3	يحلل موثوقية الإعلانات وكلفة المنتجات والخدمات الصحية حول العالم مثل: (الادعاءات بفوائد الأسبرين وكلفته في مواقع مختلفة). (الربط مع مهارات القرن الحادي والعشرين - مصادر التعلم الالكتروني).	(1-1-4-2)		
2	يصف العوامل التي يمكن أن تؤثر في اختيار المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية.	(1-2-4-2)	(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	6
2	يدرس أثر المعتقدات العائلية والثقافية على الصحة والسلوكيات الشخصية.	(2-2-4-2)		
3	يشجع على وضع الأهداف من أجل تعزيز الصحة.	(1-3-4-2)		
2	يصف ويحلل أثر القرارات المتعلقة بالصحة بالرجوع إلى أفراد من العائلة أو المدرسة أو المجتمع.	(1-4-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.	6
3	يتخذ قرارات لتعزيز الصحة بالتعاون في صنع القرار مثل: (مواعيد النوم الصحي وعدد ساعات النوم الليلي، وعدد الحصص الغذائية في النظام الغذائي اليومي حسب الطبق أو الهرم الغذائي). (الربط مع مادة العلوم).	(2-4-4-2)		
1	يظهر فهماً للمؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة.	(1-1-5-2)	(5-2): الجامعة والاستعداد للمهنة	6
3	يحدد المواقع التي يتم فيها توظيف المختصين باللياقة البدنية والصحة.	(2-1-5-2)		



مجال التربية البدنية (1)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
2	يوظف ما تعلمه من المهارات الحركية لتشكيل جملة حركية متزايدة التعقيد.	(1-1-1-1)	(1-1): المهارات الحركية	7
2	يطور كفاءة متزايدة في مهارات حركية أكثر تقدمًا وتخصصية.	(2-1-1-1)		
3	يشارك في مهام وأنشطة فردية وزوجية وجماعية متنوعة؛ وفي أداء الحركات الإبداعية، والتعبير الحركي، والسباحة والألعاب الرياضية.	(3-1-1-1)		
3	يشارك في أنشطة رياضية، ويطبق معرفته بتقييم مستويات اللياقة البدنية لتطوير أدائه.	(1-1-2-1)	(2-1): اللياقة البدنية	7
2	يؤدي أدوارًا قيادية من خلال تطبيقه لقوانين النشاط الرياضي المختار، ويلتزم بها ويشجع زملاءه على القيام بذلك.	(1-1-3-1)	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	
3	يطبق فهمه للروابط بين أغراض المهارات الحركية وتأثيرها على اللياقة البدنية.	(2-1-3-1)		
1	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في المزيد من المواقف التعليمية والأنشطة الحركية.	(1-1-4-1)	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات	7
3	يقيم أداء زملائه عبر الملاحظة المباشرة أو لقطات (الفيديو) المسجلة، ويحدد بدقة الفجوات (الأخطاء) في الأداء الحركي. (الربط مع التعلم الإلكتروني).	(2-1-4-1)		
2	يطور ويطبق مهاراته الحركية للمشاركة المنتجة في النشاطات التعاونية والتنافسية ضمن المجموعات.	(1-1-5-1)		
1	يظهر وعيًا بالتحديات التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة).	(1-2-5-1)	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	7
مجال التربية الصحية (2)				
2	يحلل المصادر والمواد الغذائية، ودورها في كيفية اتباع النظام الغذائي الصحي مثل: (الفيتامينات والمعادن والبروتينات، والكربوهيدرات، والدهون). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-1-2)	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	7
3	بعد خطة لحمية صحية تتضمن محتوى غذائيًا مناسبًا للعمر والطول ومستوى النشاط البدني المبدول.	(2-1-1-2)		

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
2	يصف مجموعة التغيرات التي تحدث على الجسم في مرحلة البلوغ وعلاقتها بوظيفة التناسل البشري. (الربط بمادة العلوم).	(1-2-1-2)	تابع/(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	7
1	يحدد المواقف التي يمكن أن تؤثر في العواطف والتواصل والسلوك والعلاقات. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعد على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.	
2	يصف العلاقة بين الصحة الجسدية والعقلية والوجدانية والاجتماعية، ويكون صورة إيجابية للذات. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-1-2-2)	(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	
1	يحدد الطرائق التي من خلالها يمكن للعواطف أن تؤثر في التواصل والسلوك والعلاقات. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-2-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.	
2	يقارن ويميز بين الطرائق الصحية للتعبير عن الاحتياجات والرغبات والمشاعر. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-2-2-2)	(3-2-2-2): يعبر عن رفضه الشخصي، ويستخدم مهارة التفاوض لتجنب العواقب السلبية. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	
3	يقترح إستراتيجيات لتجنب من الخلاف وإدارته وحله بطرائق صحية، ويحدد الأشخاص البالغين الذين يثق بهم لتقديم المساعدة في الوقت المناسب.	(1-3-2-2)	(3-2-2): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.	
1	يعرّف العلامات الرئيسة والأعراض للأمراض غير المعدية مثل: (سرطان القولون، وأمراض القلب التاجية، والسكري، وغيرها). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعاباً للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
1	يعرف أخطار استخدام الأدوية في إنقاص الوزن.	(1-2-3-2)	(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	
1	يتذكر أسماء الأدوية الشائعة، وأثرها المتوقع على الجسم مثل: (الأسبيرين يخفف ألم الصداع ولكنه يزعج المعدة).	(2-2-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	
2	يشرح المحتويات النشطة في الكثير من الأدوية الشائعة وأثرها على الجسم مثل: (شراب السعال، والأسبيرين، وغيرها). (الربط مع علم الكيمياء).	(3-2-3-2)		

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يشجّع ويدعم الآخرين مثل: (الأشخاص المصابين بمرض نقص المناعة البشرية (الإيدز) والسكري، والسرطان) في اتخاذ قرارات صحية إيجابية مثل: (مشروع خدمة التعلم).	(2-3-2-4)	تابع/(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	تابع/(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
3	يبين خريطة منظمات المجتمع التي تدعو للنهوض بالصحة للأفراد والعائلات والمجتمع ويظهر بياناً الخدمات التي تقدمها. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة والتعلم الإلكتروني).	(5-2-3-2)		
1	يحدّد القضايا المرتبطة بتلوث الأرض، والصحة البيئية والغذاء مثل: (النقص في المياه النظيفة، ونقص المواد الغذائية في التربة، والأسمدة،...إلخ). (الربط مع العلوم).	(1-3-3-2)	(3-3-2): يظهر وعياً بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	
3	يقدم حلولاً للقضايا المرتبطة بتلوث الأرض، والصحة البيئية والغذاء مثل: (تناول الطعام العضوي، قراءة البطاقة الغذائية وتفسير محتوياتها، وغير ذلك). (الربط مع العلوم).	(2-3-3-2)		
2	يميز بين السلوكيات الآمنة والخطرة والمؤذية التي تؤثر عليه شخصياً أو على الآخرين. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر فهماً لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	7
3	يطبق السلوكيات الآمنة لتحسين الصحة الشخصية والعائلية والمحافظة عليها. (الربط مع مادة العلوم).	(2-4-3-2)		
3	يظهر القدرة في الحصول على المعلومات الطبية الدقيقة عن التربية الجسدية الشاملة وعن النمو والتطور، من مصادر موثوقة مثل: (الأُسرة، والعاملين في المدرسة، وأخصائيي الصحة، ومسؤولين آخرين من البالغين).	(1-1-4-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	
1	يحدد كيف يمكن أن يؤثر الإعلام على الرسائل التي ربما يستقبلها الفرد حول صورة الجسد.	(1-2-4-2)	(2-4-2): يظهر فهماً لمدى تأثير العوامل الخارجية في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.	تابع/(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية
3	يستقل في وضع أهداف طويلة المدى وقصيرة المدى لتعزيز الصحة.	(1-3-4-2)	(3-4-2): يظهر القدرة على وضع الأهداف لتعزيز الصحة.	
3	يتخذ قرارات لتعزيز الصحة من خلال التعاون في صنع القرار.	(1-4-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.	
2	يظهر فهماً بالمؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة.	(1-1-5-2)	(1-5-2): يتمكن من الوصول إلى معلومات عن المهن في مجال الصحة واللياقة، ويظهر فهمه للتأهيل والشهادات المطلوبة لهذه المهن.	تابع/(5-2): الجامعة والاستعداد للمهنة
3	يقنع (شفوياً أو كتابياً) باستخدام وسائل الإعلام المختلفة) بالحاجة إلى مختصين في مجال اللياقة البدنية والصحة.	(2-1-5-2)		

مجال التربية البدنية (1)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يوظف المهارات الحركية التي تعلمها في أدائه لأنشطة رياضية متزايدة التخصص والدقة.	(1-1-1-1)	(1-1): المهارات الحركية	8
3	يطور كفاءة متزايدة في مهارات حركية أكثر تقدمًا وتخصصية.	(2-1-1-1)		
3	يشارك في مهام وأنشطة فردية وزوجية وجماعية متنوعة؛ وفي أداء الحركات الإبداعية، والتعبير الحركي، والسباحة والألعاب الرياضية.	(3-1-1-1)		
3	يطبق ويقيم الاستجابات الفسيولوجية للتمرين الرياضي المرتبط مع مستوى اللياقة البدنية والتوازن الغذائي للفرد.	(1-1-2-1)	(2-1): اللياقة البدنية	
1	يتعرف المصطلحات الأساسية للبحث عن أفضل البرامج الرياضية (الربط مع التكنولوجيا ومهارات القرن 21).	(1-1-3-1)	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	
2	يصنف الأنشطة الرياضية من حيث مدى تأثيرها على أجهزة الجسم الحيوية.	(2-1-3-1)		
3	يستخدم مصادر متنوعة (الذات والزميل والمعلم والتكنولوجيا) لاقتراح تحسينات على الأداء الحركي للذات وللآخرين.	(1-1-4-1)	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات	
3	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في مواقف تعليمية لأنشطة حركية متزايدة التخصص.	(2-1-4-1)		
3	يطبق ويقيم مهاراته الحركية للمشاركة المنتجة في النشاطات التعاونية والتنافسية ضمن المجموعات.	(1-1-5-1)	(5-1): السلوك	
2	يميز بين الأشخاص من ثقافات مختلفة، والأشخاص ذوي الإعاقات وأثر ذلك على سلوك الفرد أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)	المسؤول واحترام الاختلافات	
مجال التربية الصحية (2)				
3	يقيم المصادر والعناصر الغذائية، ودورها في كيفية اتباع النظام الغذائي الصحي مثل: (الفيتامينات والمعادن والبروتينات، والكربوهيدرات، والدهون). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-1-2)	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	8
3	يقنع الآخرين بفوائد النشاط البدني، وكيفية إدماج اللياقة البدنية في نمط حياتهم اليومية. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-1-1-2)		
2	يحدد التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث في المراحل العمرية. (الربط مع مادة العلوم وعلم النفس).	(1-2-1-2)	(2-1-2): يظهر معرفة بمراحل الحياة ابتداءً بمرحلة تطور الجنين، والولادة، ومرورًا بجميع مراحل حياة الإنسان.	

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
1	يحدد المواقف التي يمكن أن تؤثر في العواطف والتواصل والسلوك والعلاقات. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها. (1-2-2): يطبق آليات تساعد على	8
3	يطبق الإستراتيجيات التي تساعد على التحكم في الإجهاد والتوتر، وتحديد علامات الاضطرابات النفسية بما في ذلك المخاطر التي تؤدي إلى الإكتئاب. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-2-2)		
1	يظهر فهمًا لمهارات الرفض والتجنب والمفاوضة لتحسين العلاقات الصحية. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(1-2-2-2)		
2	يشرح طرائق متنوعة يمكن من خلالها للعواطف أن تؤثر في الاتصال والسلوك والعلاقات. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-2-2-2)	مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة. (2-2-2): يظهر القدرة على استخدام	الصحة والوجدانية ومهارات الاتصال
3	يطبق مهارات فعالة للاتصال اللفظي وغير اللفظي كوسيلة لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(3-2-2-2)		
2	يطبق الإستراتيجيات الملائمة للوقاية وإدارة وحل الخلافات بطرائق صحية.	(1-3-2-2)		
2	يجمع معلومات عن أسباب الأمراض الشائعة، وطرائق العدوى، والوقاية منها مثل: (الإنفلونزا، والحصبة، والملاريا، وفيروس نقص المناعة البشرية). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-3-2)	المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات. (1-3-2): يظهر استيعابًا للمفاهيم	8
3	يبين من خلال الرسم دور جهاز المناعة في الجسم في مقاومة الأمراض وتعزيز الشفاء. (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-3-2)		
1	يتعرف المكونات الكيميائية الموجودة في الأدوية الشائعة. (الربط مع مادة الكيمياء).	(1-2-3-2)		
1	يتعرف المخاطر المرتبطة مع بعض المكونات الكيميائية الموجودة على ملصقات الأدوية الشائعة على سبيل المثال: (زيادة معدل ضربات القلب، والدوخة، والغثيان، وما إلى ذلك).	(2-2-3-2)	البيئية والإصابات والصحة (3-2): الأمراض، والاضطرابات،	8
2	يستكشف تأثير المنشطات على الجسم مثل: (الهرمونات البنائية، الأحماض الأمينية، المكملات الغذائية). (الربط مع مهارات اللغوية والتعلم الذكي في القرن 21).	(3-2-3-2)		
3	يلخص بدقة المعلومات والمفاهيم والمهارات الصحية باستخدام أسلوب البحث عن المعلومات مثل: (المواقع الإلكترونية والإعلانات، والنشرات، وأشكال الوسائط المتعددة، وغيرها). (الربط مع مهارات اللغوية والتعلم الذكي في القرن 21).	(4-2-3-2)		
2	يستكشف تأثير المنشطات على الجسم مثل: (الهرمونات البنائية، الأحماض الأمينية، المكملات الغذائية). (الربط مع مهارات اللغوية والتعلم الذكي في القرن 21).	(3-2-3-2)		

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يتبنى موقفاً من أجل صحة المجتمع على سبيل المثال: (مكافحة الربو والإنفلونزا، ونقص فيتامين د) باستخدام معلومات دقيقة من خلال العرض التقديمي، أو المعارض، أو المقالات المقنعة، أو غير ذلك. (الربط مع البحث الاستقصائي/التعلم الإبداعي).	(5-2-3-2)	تابع/(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	تابع/(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
1	يحدد العوامل التي تؤثر على الصحة البيئية والصحة الشخصية مثل: (الاستخدام غير المنظم للمبيدات الحشرية). (الربط مع المواطنة والتربية البيئية).	(1-3-3-2)	(3-3-2): يظهر وعياً بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	
1	يحدد المواد الكيماوية التي تسبب تلوث الهواء وأثرها على الصحة الشخصية مثل: (المواد الكيماوية المستخدمة في الحروب). (الربط مع المواطنة والعلوم).	(2-3-3-2)		
1	يحدد المواد الكيماوية التي تسبب في تلوث المياه وأثرها على الصحة مثل: (المواد الكيماوية المستخدمة في معالجة المياه وأثرها على الحياة البحرية، وإعادة مياه الصرف). (الربط مع المواطنة والعلوم).	(3-3-3-2)		
2	يفحص ويطبق تقنيات آمنة لتقليل الإصابات والحماية من الأمراض. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر فهماً لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	8
3	يحلل الطرائق التي تؤثر بها البيئة في الصحة المجتمعية. (الربط مع المواطنة والتربية البيئية).	(2-4-3-2)		
3	يظهر القدرة في الحصول على المعلومات الطبية الدقيقة عن التربية الجسدية الشاملة وعن النمو والتطور، من مصادر موثوقة مثل: (الأسرة، والعاملين في المدرسة، وأخصائيي الصحة، ومسؤولين آخرين من البالغين).	(1-1-4-2)		
2	يقارن ويميز أثر العائلة والأقران والمعتقدات الثقافية على صحة المراهقين.	(1-2-4-2)	(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	
2	يفسر كيف يمكن أن يؤثر الإعلام على الرسائل التي ربما يستقبلها الفرد حول صورة الجسد.	(2-2-4-2)		
2	يفسر كيف يمكن للأهداف أن تتغير وفق القدرات والمسؤوليات والأولويات.	(1-3-4-2)		
3	يتخذ القرارات لتعزيز الصحة.	(1-4-4-2)		
2	يوضح بالرسم البياني الاتجاهات المحتملة في التوظيف في مجال اللياقة البدنية والصحة (الربط مع مادة الرياضيات).	(1-1-5-2)	(5-2): الجامعة والاستعداد للمهنة	
3	يحدد المؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة باستخدام (وسائل الإعلام، والمقابلات..... إلخ).	(2-1-5-2)		



مجال التربية البدنية (1)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
2	يظهر كفاءة في تطبيق المهارات الحركية التي تعلمها من أجل تنفيذ مهارات أكثر تعقيداً.	(1-1-1-1)	(1-1-1): يظهر كفاءة في أداء المهارات الحركية وأنماط الحركة اللازمة لأداء مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية.	(1-1): المهارات الحركية	9
2	يطور مهارات متقدمة في أنشطة رياضية مختارة.	(2-1-1-1)			
3	يستخدم نماذج وحركات مركبة في مواقف اللعب المختلفة.	(3-1-1-1)			
3	يستخدم البيانات الفسيولوجية لتعديل مستويات التمرين ونوع الغذاء لتحسين الصحة.	(1-1-2-1)	(1-2-1): يدمج مفاهيم اللياقة البدنية والصحة في حياته اليومية لتحسين مستوى الصحة واللياقة البدنية والمحافظة عليهما.	(2-1): اللياقة البدنية	
2	يحدد أولويات لممارسة نوع النشاط الرياضي الذي يرفع مستوى الكفاءة البدنية والفسيولوجية.	(1-1-3-1)	(1-3-1): يشارك بانتظام في الأنشطة البدنية من أجل الصحة، والاستمتاع، والتحدي، والتعبير عن الذات والتفاعل الاجتماعي للمحافظة على نمط حياة صحي نشط.	(3-1): لأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	
2	يفسر أهمية دعوة الصحابي عمر بن الخطاب "علموا أولادكم السباحة والرمية وركوب الخيل". (الربط مع مادة التربية الإسلامية).	(2-1-3-1)			
3	يستخدم مصادر متنوعة (الذات والزميل والمعلم والتكنولوجيا) لمراقبة التحسينات على إستراتيجيات الأداء الحركي للذات وللآخرين.	(1-1-4-1)	(1-4-1): يطبق قواعد وإستراتيجيات الحركة عند تعلم وأداء أنشطة رياضية جديدة.	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات	
3	يتولى أدوار القيادة في وضع القواعد في الصف، ويلتزم بقواعد النشاط الخاص، وإجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدباً وروحاً رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي.	(1-1-5-1)	(1-5-1): يظهر سلوكاً شخصياً واجتماعياً مسؤولاً يحترم الذات والآخرين في أماكن النشاط الرياضي.	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	
2	يصف الترابط بين الصحة النفسية والاجتماعية الذي يؤثر في ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)	(2-5-1): يظهر فهماً وتقبلاً واحتراماً للاختلافات بين الناس في أماكن النشاط الرياضي.		
مجال التربية الصحية (2)					
2	يناقش أهمية الحماية الغذائية، والرياضة في المحافظة على الصحة، والوقاية من الأمراض مثل: (السمنة وأمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، والسكري من النوع الثاني، ونقص فيتامين د، وسرطان الجلد، وسرطان الرئة). (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-1-1)	(1-1-2): يظهر فهماً لأهمية النشاط البدني، والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	9
3	يحلل التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث في مختلف المراحل العمرية. (الربط مع مادة العلوم والصحة النفسية).	(1-2-1-2)	(2-1-2): يظهر معرفة بمراحل الحياة ابتداءً بمرحلة تطور الجنين، والولادة، ومروراً بجميع مراحل حياة الإنسان.		



تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
2	يصف العلاقة المتبادلة بين الصحة العقلية والوجدانية والاجتماعية والبدنية خلال فترة ما قبل المراهقة، ويكوّن صورة إيجابية للذات. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعد على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.	الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
3	يطبق الإستراتيجيات التي تساعد على التحكم في الإجهاد والتوتر، وتحديد طرائق المساعدة للاضطرابات العقلية والتكيف مع الظروف الصعبة. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.	
2	يطبق مهارات التواصل بفعالية مع العائلة، والرفاق، والآخرين. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(1-2-2-2)	(3-2-2): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.	
3	يطبق ويقيم السمات الضرورية ليكون فرداً مسؤولاً ضمن مجموعة الرفاق، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المواطنة والمسؤولية المجتمعية).	(2-2-2-2)	(1-3-2-2): يعرّف مصادر المعلومات والمفاهيم الصحية التي تقدم معلومات صحية دقيقة مبنية عن البحث مثل: (المواقع الإلكترونية والإعلانات، والنشرات، وأشكال الوسائط المتعددة، وغيرها). (الربط مع التعلم الإلكتروني الذكي ومهارات القرن 21).	
2	يبدأ بتحديد الأولويات وإظهار إستراتيجيات للمحافظة على العلاقات الصحية وحل الخلافات بين الأشخاص. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-3-2-2)	(3-2-2): الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
3	يطبق مهارات التجنب والرفض والتفاوض والتعاون لتعزيز العلاقات الصحية. (الربط مع المهارات اللغوية).	(2-3-2-2)	(3-2-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	
1	يعرّف المشاكل الصحية والأمراض التي يمكن الوقاية منها أو معالجتها مبكراً مثل: (السمنة، السكري من النوع الثاني، أمراض القلب، هشاشة العظام). (الربط مع العلوم).	(1-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعاباً للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
2	يعرّف مصطلحات الأمراض المعدية والأمراض غير المعدية ويحدد الطرائق للمساعدة في الوقاية من الأمراض مثل: (فيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)، والسكري، والسرطان، وأمراض القلب). (الربط مع العلوم).	(2-1-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	
1	يحدّد مصادر المعلومات والمفاهيم والمهارات الصحية التي تقدم معلومات صحية دقيقة مبنية عن البحث مثل: (المواقع الإلكترونية والإعلانات، والنشرات، وأشكال الوسائط المتعددة، وغيرها). (الربط مع التعلم الإلكتروني الذكي ومهارات القرن 21).	(1-2-3-2)	(2-2-3-2): يتعاون في العمل من أجل الدعوة لمجتمعات صحية مثل: (الأشخاص الذين لا تتوفر لهم مصادر مياه صحية، وإمكانية الوصول إلى الرعاية الطبية، وغيرها). (الربط مع مادة العلوم الاجتماعية، والعمل المجتمعي).	
2	يتعاون في العمل من أجل الدعوة لمجتمعات صحية مثل: (الأشخاص الذين لا تتوفر لهم مصادر مياه صحية، وإمكانية الوصول إلى الرعاية الطبية، وغيرها). (الربط مع مادة العلوم الاجتماعية، والعمل المجتمعي).	(2-2-3-2)		

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يشرح سبب تأثير بعض المكونات الكيميائية المرتبطة مع الأدوية الشائعة على الجسم مثل: (زيادة ضربات القلب، والدوخة، والغثيان، وتخفيف الآلام، وغير ذلك). (الربط مع العلوم).	(3-2-3-2)	تابع/(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	تابع/(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
1	يعدّد طرائق التقليل من الضوضاء أو القضاء عليها مثل: (استخدام سماعات الأذن عند الاستماع للموسيقا)، وتلوث المياه، والهواء، والأرض مثل: (التقليل من النفايات وإعادة التدوير) وأهمية القيام بذلك. (الربط مع المواطنة والمسؤولية المجتمعية).	(1-3-3-2)	(3-3-2): يظهر وعياً بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	
3	يعطي أولوية للسلوكيات الصحية التي هو مسؤول عنها مثل: (التقليل من ساعات الجلوس أمام الأجهزة الإلكترونية...). (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر فهماً لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
2	يحصل على المصادر التي توفر المعلومات والخدمات الصحية الموثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع ويقيّمها لنفسه وللآخرين. (الربط مع التعلم الإلكتروني والبحث والاستقصاء).	(1-1-4-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	9
1	يقدر أثر العائلة والثقافة والإعلام والرسائل الاجتماعية على أفكار الفرد ومشاعره وقيمه وسلوكياته المتصلة بصورة الجسد. (الربط مع التفكير الناقد والبحث والاستقصاء).	(1-2-4-2)	(2-4-2): يظهر فهماً لمدى تأثير العوامل الخارجية في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.	
2	يحدد تطبيقات تكنولوجية متنوعة، وإستراتيجيات ومهارات حل المشكلة عند اتخاذ القرار بوضع أهداف لتعزيز الصحة. (الربط مع التعلم الذكي والمهارات الحياتية).	(1-3-4-2)	(3-4-2): يظهر القدرة على وضع الأهداف لتعزيز الصحة.	
3	يدرس أثر القرارات التي يتخذها لتعزيز الصحة ويعديلها عند الضرورة. (الربط مع التفكير الناقد والبحث والاستقصاء).	(1-4-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.	
3	يقدم استنتاجات حول أثر البيانات على تقييم الحاجة إلى اللياقة البدنية والخدمات الأخرى المتعلقة بالصحة في مجتمع ما.	(1-1-5-2)	(1-5-2): يتمكن من الوصول إلى معلومات عن المهن في مجال الصحة واللياقة، ويظهر فهمه للتأهيل والشهادات المطلوبة لهذه المهن.	
3	يحدد المواقع التي تحتاج إلى مختصين باللياقة البدنية والصحة في مجتمعات مختلفة لديها نقص في خدمات عديدة.	(2-1-5-2)	(5-2): الجامعة والاستعداد للمهنة	

مجال التربية البدنية (1)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يظهر كفاءة في تطبيق المهارات الحركية التي تعلمها من أجل تنفيذ مهارات أكثر تطوراً وتعقيداً.	(1-1-1-1)	(1-1): المهارات الحركية مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية.	10
3	يستخدم بتكرار وبإتقان نماذج وحركات مركبة في بيئات ديناميكية متنوعة.	(2-1-1-1)		
3	يطور بازدياد مهارات متقدمة في أنشطة رياضية مختارة.	(3-1-1-1)		
3	يختار أنشطة رياضية، وقيمها ويطبقها للمحافظة على مستوى لياقته البدنية والصحية ومدى تحسينها.	(1-1-2-1)	(1-2): اللياقة البدنية	
3	يستخدم نتائج تقييم اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لتوجيه التغييرات التي يجريها على برامجها للنشاطات البدنية.	(2-1-2-1)		
3	يطبق المهارات الحركية في مجموعة متنوعة من الأنشطة البدنية لتحقيق مستويات متطورة في الأداء.	(1-1-3-1)	(3-1): الأنتظام في ممارسة الأنشطة البدنية	
3	يشارك أثناء وبعد المدرسة في أنشطة رياضية متنوعة من أجل تحقيق أهداف شخصية تعزز تطوير وتحسين مستوى اللياقة البدنية.	(2-1-3-1)		
3	يستخدم التكنولوجيا لتحسين القدرة على وضع الأهداف وتصميم برنامج ملائم لزيادة اللياقة البدنية.	(3-1-3-1)		
1	يظهر معرفته بأن القواعد والممارسات وإجراءات السلامة تحتاج إلى التعديل وفقاً للمواقف التعليمية الحركية المختلفة.	(1-1-4-1)	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات	
1	يظهر معرفة بمواصفات اللاعب الماهر في لعبة متخصصة.	(2-1-4-1)		
2	يحدد العناصر الرئيسة التي تؤدي إلى إتقان لعبة متخصصة.	(3-1-4-1)		
3	يطبق إجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدباً وروحاً رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي، وبيادر إلى تشجيع الآخرين من أجل القيام بالمثل.	(1-1-5-1)	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	
3	يطبق مهارات القيادة والتعاون من أجل إنجاز أهداف أنشطة رياضية مختلفة.	(2-1-5-1)		
2	يطور ويشارك في تنفيذ إستراتيجيات تشمل جميع الأفراد، ويراعي الفروق الفردية بينهم في أماكن النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)		

مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
2	يصف التغيرات الفسيولوجية التي تحدث في الجهاز التناسلي في دورة حياة الإنسان. (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-1-2)	(1-1-2): يظهر فهماً لأهمية النشاط البدني، والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم
3	ينظم حملة للتوعية بأهمية الحماية الغذائية، والرياضة في المحافظة على الصحة، والوقاية من الأمراض مثل: (السمنة وأمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، والسكري، وسرطان الجلد، وسرطان الرئة). (الربط مع المواطنة - المسؤولية المجتمعية).	(1-2-1-2)	(2-1-2): يظهر معرفة بمراحل الحياة ابتداءً بمرحلة تطور الجنين، والولادة، ومروراً بجميع مراحل حياة الإنسان.	
2	يصف الترابط الإيجابي بين الصحة العقلية والعاطفية والاجتماعية والبدنية ويظهر قدرة على تحديد المشاعر الإيجابية والسلبية وتحليل أثرها على السلوك. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعد على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.	
1	يحدّد السمات الضرورية، ليكون فرداً مسؤولاً ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المهارات اللغوية).	(1-2-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.	(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
2	يقارن ويميز بين المهارات الفعالة في الاتصال اللفظي وغير اللفظي كوسيلة لتحسين الصحة. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-2-2-2)	(3-2-2): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.	
2	يحدد الأولويات، ويعرض إستراتيجيات للمحافظة على العلاقات الصحية وحل الخلافات بين الأشخاص.	(1-3-2-2)		
3	يظهر امتلاكه لمهارات التجنب والرفض والتفاوض والتعاون ويطبقها لتعزيز العلاقات الصحية.	(2-3-2-2)		
2	يناقش ويقيم أسباب، وطرائق العدوى، والأعراض، وأساليب الوقاية من الأمراض المعدية وغير المعدية مثل: (مرض نقص المناعة البشرية (الإيدز)، والسكري، والسرطان وأمراض القلب).	(1-1-3-2)		(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
2	يصف ارتباط مسببات المرض مع تاريخ العائلة، والقرارات الفردية، وعوامل الخطر مع مسببات الأمراض والمشاكل الصحية الأخرى وطرائق الوقاية منها.	(2-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعاباً للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
3	يحلل مدى تأثير السلوكيات الآمنة في المحافظة على الصحة والوقاية من الأمراض مثل: (يفسر العلاقة ما بين السهر والأمراض وما بين الخمول وأمراض قلة الحركة المزمنة غير المعدية).	(3-1-3-2)		

تابع/مجال التربية الصحية (2)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
3	يشترك مع الآخرين في تنظيم حملات تعزز الرعاية والاحترام والاهتمام بالعائلات مثل: (الأشخاص المصابين بمرض نقص المناعة البشرية (/الإيدز)، والسكري، والسرطان). (الربط مع مادة الدراسات الاجتماعية).	(1-2-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	تابع/(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	10
3	ينظم من خلال العمل ومع فريق حملات، أو مناسبات، أو ينشئ مواقع إلكترونية حول مخاطر التدخين، والكحول، وتعاطي المخدرات ومشروبات الطاقة والهرمونات البنائية والمنشطات على الجسم.	(2-2-3-2)			
2	يحدّد العوامل التي تشكل قضية صحية عامة، ويميز بين الوباء وبين الأمراض الموسمية.	(1-3-3-2)			
2	يختبر آثار تلوث الهواء على الكائنات الحية ويحدد طرائق الوقاية.	(2-3-3-2)	(3-3-2): يظهر وعيًا بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.		
3	يقرر ما إذا كانت المياه ملوثة أم لا من خلال الملاحظة واستخدام التكنولوجيا وفحص أثرها على الكائنات الحية. (الربط مع العلوم).	(3-3-3-2)			
3	يقترح خطة لتقليل من النفايات، وإعادة استخدام المواد، وإعادة التدوير وينفذها.	(4-3-3-2)			
3	يحلل حالته الصحية الشخصية، لتحديد تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية في الأجواء الحارة والرطوبة والصيام والدورة الشهرية.	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر فهمًا لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.		
3	يصمم برامج لياقة بدنية لتعزيز الصحة تتضمن عوامل الأمان والسلامة لتجنب الإصابات.	(2-4-3-2)			
2	يقيم موثوقية المعلومات المقدمة لفئات عمرية مختلفة وكلفة المنتجات والخدمات مثل: (الإعلانات التي تستهدف الأطفال، والمعلومات المقدمة للمراهقين،... إلخ).	(1-1-4-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	:(4-2) الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	
2	يحلل معلومات طبية دقيقة حول الثقافة الجسدية الشاملة من مصادر متنوعة.	(2-1-4-2)			
2	يحلل كيف تثرى العائلة والتنوع الثقافي السلوكيات الشخصية الصحية وتؤثر فيها.	(1-2-4-2)	(2-4-2): يظهر فهمًا لمدى تأثير العوامل الخارجية في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.		
2	يحلل أثر العائلة والثقافة والإعلام والرسائل الاجتماعية على أفكار الفرد ومشاعره وقيمه وسلوكياته المتصلة بالجسد.	(2-2-4-2)			
3	يحلل أثر الإعلام على سلوكيات الفرد وقراراته من حيث صلتها بصورة الجسد.	(3-2-4-2)			

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
2	يبدأ بتحليل إيجابيات وسلبيات المؤثرات الداخلية والخارجية من أجل تبني سلوكيات صحية إيجابية.	(1-3-4-2)	تابع/(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	10
3	يبدأ بعرض استخدامات مختلفة لأنواع التكنولوجيا، والإستراتيجيات، ومهارات حل المشكلة عند اتخاذ القرار بوضع أهداف لتعزيز الصحة.	(2-3-4-2)		
2	يتنبأ بالأثر الفوري وطويل المدى للقرارات المتعلقة بالسلوكيات الصحية على الفرد والعائلة والمجتمع.	(1-4-4-2)		
2	يقارن ويميّز بين مختلف الوظائف في مجالي اللياقة البدنية والصحة مثل: (اختصاصي التغذية، اختصاصي اللياقة البدنية - اختصاصي العلاج الطبيعي).	(1-1-5-2)	(5-2): الجامعة والاستعداد للمهنة	
3	يجري بحثاً عن الوظائف المتوفرة في قطاع الرياضة والصحة وسلم الرواتب للموظفين.	(2-1-5-2)		
مجال التربية البدنية (1)				
2	يقارن بين الأنشطة الهوائية وغير الهوائية ويعطي أمثلة على كل منها.	(1-1-1-1)	(1-1): المهارات الحركية	
3	يطبق بفاعلية وإتقان خطط اللعب المختلفة لأنشطة رياضية مختارة.	(2-1-1-1)		
3	يظهر إتقاناً لمهارات حركية مركبة في أنشطة فردية وجماعية مختارة.	(3-1-1-1)		
3	يصمم برامج صحية ذاتية وللآخرين مبنية على المعلومات التي حصل عليها من خلال تقييم مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	(1-1-2-1)	(2-1): اللياقة البدنية	
3	يطبق البرنامج البدني بما يتلائم مع قدراته البدنية مراعيًا مبادئ التغذية الصحية.	(1-1-2-2)		
3	يطبق ويقيم ويحلل العناصر الأساسية لمفاهيم النشاط الرياضي.	(1-1-3-1)	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	11
3	يستخدم التكنولوجيا لتحديد نقاط القوة والضعف، ووضع الأهداف، وتصميم برنامج مناسب، ومراقبة التقدم في عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	(2-1-3-1)		
3	يعمل مع الآخرين لوضع قواعد وممارسات وإجراءات السلامة للمواقف التعليمية والأنشطة الرياضية المختلفة.	(1-1-4-1)		
3	يحلل الأداء المهاري للاعب في لعبة متخصصة لتطوير أدائه.	(2-1-4-1)	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات	
3	يحدد ويطبق العناصر الرئيسة التي تؤدي إلى إتقان لعبة متخصصة.	(3-1-4-1)		



تابع/مجال التربية البدنية (1)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يبادر في استخدام المهارات المناسبة لحل الخلافات بسلام وتشجيع الآخرين على القيام بالمثل.	(1-1-5-1)	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	11
	يظهر سلوكًا شخصيًا واجتماعيًا مسؤولًا يحترم الذات والآخرين في أماكن النشاط الرياضي.	(1-5-1)	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	
3	يصمم برامج توعية تساعد على العمل بكفاءة لحماية ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)	(1-5-2): يظهر فهمًا وتقديرًا واحترامًا للاختلافات بين الناس في أماكن النشاط الرياضي.	
مجال التربية الصحية (2)				
2	يضع خطة لتحسين الصحة والقوام، ويشارك في أنشطة بدنية تتماشى مع قدراته ومهاراته البدنية.	(1-1-1-2)	(1-1-2): يظهر فهمًا لأهمية النشاط البدني، والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.	11
3	يجرب أنشطة رياضية جديدة كجزء من خطة لتحسين الصحة والقوام.	(2-1-1-2)	(1-2): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	
2	يصف ويحلل التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث على مدى الحياة خلال المراحل العمرية. (الربط مع مادتي العلوم والصحة النفسية).	(1-2-1-2)	(2-1-2): يظهر معرفة بمراحل الحياة ابتداءً بمرحلة تطور الجنين، والولادة، ومرورًا بجميع مراحل حياة الإنسان.	
3	يحلل المواقف السلوكية السابقة ويطبق الطرائق الصحية للتعبير عن احتياجاته ورغباته ومشاعره. (الربط مع المهارات اللغوية والصحة النفسية).	(1-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعده على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.	
3	يقيم السمات الضرورية، ليكون فردًا مسؤولًا ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-2-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.	
3	يحدد المشاعر السلبية والإيجابية، ويحلل أثرها في السلوك. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-2-2-2)	(3-2-2): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.	
2	يقيم مدى أهمية سياسات الصحة العامة والتدابير الحكومية وقدرتها في التأثير على تحسين الصحة والوقاية من الأمراض.	(1-1-3-2)	(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	
2	يحلل مدى تأثير الأبحاث والتقدم الطبي على الوقاية من الأمراض والسيطرة على المشاكل الصحية.	(2-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعابًا للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
3	يستخدم ويقيم إستراتيجيات مناسبة لتعزيز الرفاهية، وتأخير ظهور المرض والتقليل من مخاطر المشاكل الصحية خلال مراحل العمر المتقدمة.	(3-1-3-2)		



تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
1	يحدّد مصادر المعلومات الدقيقة المبنية على البحث عن الصحة العالمية مثل: (المواقع الإلكترونية، والإعلانات، والنشرات، والإعلام،... إلخ). (الربط مع مادة الدراسات الاجتماعية).	(1-2-3-2)	يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	تابع/(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية
2	يربط بين المكونات النشطة الموجودة في الأدوية الشائعة مع الآثار الإيجابية المرغوبة والآثار السلبية للدواء. (الربط مع مادة الكيمياء)	(2-2-3-2)		
2	يحلل الحملات التسويقية لأدوية متنوعة مثل: (أمراض القلب، تخفيف الوزن، الهرمونات البنائية، نمو الشعر،... إلخ).	(3-2-3-2)		
3	يحلل آثار التدخين والكحول على الجنين والأطفال في مرحلة النمو ويكتب تقرير.	(4-2-3-2)	يظهر وعيًا بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	
3	يحلل الوثائق الحالية حول الخطط المحلية والعالمية للقضاء على الأوبئة والأمراض الموسمية مثل: (الملاريا والتهاب السحايا والأنفلونزا،... إلخ). (الربط مع مادة العلوم الاجتماعية واللغوية).	(1-3-3-2)		
3	يحلل نتائج الجهود المبذولة المحلية والعالمية في المجال البيئي من أجل المحافظة على الصحة البيئية مثل: (تكرير المياه، ومعالجة مياه الصرف الصحي،... إلخ).	(2-3-3-2)		
3	يتعرف آثار ملوثات متنوعة، والمبيدات الحشرية والتزايد السكاني على المحاصيل والمصادر الغذائي. (الربط مع مادة الدراسات الاجتماعية واللغوية).	(3-3-3-2)	يظهر فهمًا لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
3	يحلل حالته الصحية الشخصية لتحديد الاحتياجات حسب الأولوية.	(1-4-3-2)		
3	يصمم وينفذ برامج لياقة بدنية باتباع عوامل الأمن والسلامة لتجنب الإصابات.	(2-4-3-2)		
2	يقيّم المصادر التي توفر معلومات وخدمات صحية موثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع لنفسه وللآخرين.	(1-1-4-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية
2	يظهر فهمًا بأن التقدم العلمي التكنولوجي يساعده على التحكم في صحته ورفاهيته مثلًا: (المواد الطبية الصيدلانية، والجراحة التجميلية).	(1-2-4-2)	(2-4-2): يظهر فهمًا لمدى تأثير العوامل الخارجية في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.	
2	يظهر فهمًا للقضايا الأخلاقية التي تظهر بسبب استخدام التكنولوجيا في صناعات الصحة واللياقة البدنية.	(2-2-4-2)		
3	يقيم المعلومات المتعلقة بالصحة والرفاهية من وسائل الإعلام عن التحيزات، على سبيل المثال: إضفاء طابع جذاب للتدخين في (الأفلام)، وتعزيز دور نماذج غير واقعية في (المجلات).	(3-2-4-2)		
69				

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
2	يحلل إيجابيات وسلبيات المؤثرات الداخلية والخارجية من أجل تبني سلوكيات صحية إيجابية.	(1-3-4-2)	تابع/(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	11
3	يستخدم التكنولوجيا في تطبيق إستراتيجيات متنوعة تساعد على اتخاذ القرار بوضع أهداف لتحسين الصحة. (الربط مع مهارات القرن 21 والتكنولوجيا)	(2-3-4-2)		
2	يصف ويحلل كيف أن القرارات المتعلقة بالصحة تتأثر باستخدام مصادر معلومات من العائلة أو المدرسة أو المجتمع.	(1-4-4-2)		
1	يعدد المهارات والمؤهلات الضرورية للمهن في اللياقة البدنية والصحة.	(1-1-5-2)	(5-2): الجامعة والاستعداد للمهنة	
مجال التربية البدنية (1)				
1	يظهر معرفة بمفاهيم الحركة والمبادئ التي تساهم في تحسين أداء المهارات.	(1-1-1-1)	(1-1): المهارات الحركية	12
2	يزيد قدرته على استخدام الحركة والتصور الذهني للأداء الرياضي.	(2-1-1-1)		
3	يطبق مفاهيم ومبادئ الحركة لتحليل أدائه وأداء الآخرين.	(3-1-1-1)		
3	يصمم برنامجًا ذاتيًا لتحسين مهاراته في نشاط رياضي مختار.	(4-1-1-1)		
3	يصمم برامج صحية ذاتية وللآخرين مبنية على المعلومات التي حصل عليها من خلال تقييم مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	(1-1-2-1)	(2-1): اللياقة البدنية	
3	يطبق ويقيم البرنامج البدني الشخصي بما يتلائم مع قدراته البدنية مراعيًا مبادئ التغذية الصحية.	(2-1-2-1)	والمحافظة عليهما.	
3	يطبق ويقيم ويحلل العناصر الأساسية لمفاهيم النشاط الرياضي وصولاً إلى الزيادة التصاعدية لمكونات التدريب.	(1-1-3-1)	(1-3-1): يشارك بانتظام في الأنشطة البدنية من أجل الصحة، والاستمتاع، والتحدي، والتعبير عن الذات والتفاعل الاجتماعي للمحافظة على نمط حياة صحي نشط.	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية
3	يحلل ويقيم مستوى البرامج الرياضية لتحقيق أفضل النتائج لتعزيز الصورة الإيجابية للذات.	(2-1-3-1)		
3	يقيم الذات وأداء الزملاء من خلال الملاحظة المباشرة، أو شرائط (الفيديو) المسجلة، ويعطي مقترحات مناسبة للتحسين.	(1-1-4-1)	(1-4-1): يطبق قواعد وإستراتيجيات الحركة عند تعلم وأداء أنشطة رياضية جديدة.	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات
3	يطبق مفاهيم ومبادئ الحركة لتحليل أدائه وأداء الآخرين.	(2-1-4-1)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب الصف:

تابع/مجال التربية البدنية (1)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	يظهر القيادة والتعاون من أجل إنجاز أهداف أنشطة رياضية مختلفة.	(1-1-5-1)	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	12
3	يقيم مشكلات أدائه الشخصي دون وضع اللوم على الآخرين.	(2-1-5-1)		
3	يصمم برامج توعية تساعد على العمل بكفاءة لحماية ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)		
مجال التربية الصحية (2)				
2	يتخذ قرارات وينفذ خططاً للمشاركة في أنشطة بدنية مختلفة مبنية على الاهتمامات والمشاعر الإيجابية نحو الإنجاز في الحياة اليومية.	(1-1-1-2)	(2-1): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	12
3	يصف ويحلل التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث على مدى المراحل العمرية المختلفة، بما في ذلك أسباب المشكلات مثل: (أسباب حدوث العقم) والحلول لقضايا مختلفة مثل: (العلاج بالهرمونات). (الربط مع مادة العلوم والصحة النفسية).	(1-2-1-2)		
3	يصمم لنفسه برنامجاً غذائياً متوازناً ومتكاملاً بالاستعانة بالهرم الغذائي، وينفذه مع الالتزام بممارسة الأنشطة البدنية بشكل منتظم. (الربط مع المهارات اللغوية والصحة النفسية).	(2-2-1-2)		
3	يحلل مواقف السلوكية السابقة ويطور الطرائق الصحية، للتعبير عن احتياجاته ورغباته ومشاعره. (الربط مع المهارات اللغوية والصحة النفسية).	(1-1-2-2)	(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	12
3	يتقن المهارات الضرورية للتواصل بفعالية مع العائلة والرفاق والآخرين. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-2-2-2)		
3	يعزز العناية والرعاية الصحية والتعاطف والاحترام والمسؤولية نحو الآخرين دون تحيز أو سوء معاملة أو تمييز. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-2-2-2)		
3	يظهر استخدامه لإستراتيجيات منع الخلاف، وإدارته، وحله بطرائق صحية، ويحدد الأشخاص البالغين والأقران والمصادر المجتمعية التي قد تقدم المساعدة عند الحاجة.	(1-3-2-2)	(3-2-2): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.	

تابع/مجال التربية الصحية (2)				
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف
3	ينشئ سجلاً صحياً شخصياً ويضمنه إستراتيجيات مناسبة لتعزيز الرفاهية في المستقبل، وتأخير ظهور المرض والتقليل من مخاطر المشاكل الصحية خلال مراحل العمر المتقدمة.	(1-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعاباً للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات	12
3	يجري أبحاثاً، ويحلل العوامل التي تزيد من خطر الإصابة بالأمراض المعدية والأمراض غير المعدية مثل: (فيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)، والأمراض التي تنتقل عبر الاتصال الجنسي، والسكري، والسرطان، وأمراض القلب، والتهاب الكبد).	(2-1-3-2)		
3	يظهر فهماً لأهمية الساعة البيولوجية والإيقاع الحيوي للنوم وتناول الطعام لتعزيز الصحة.	(1-2-3-2)		
3	يشترك مع الآخرين من أجل تنظيم حملات تعزز الرعاية والمراعاة والاهتمام بالعائلات مثل: (مشروع خدمة التعلم). (الربط مع مادة الأحياء).	(2-2-3-2)	(3-2): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات والصحة البيئية	12
3	يعد ملفاً طبياً شخصياً يتضمن معلومات عن الأدوية التي يثبت ضررها على المتعلم مثل: (الآثار الجانبية، الحساسية، ... إلخ) وأيضاً تلك التي يبدو أن لها أثراً إيجابياً مثل: (الأسبيرين لتخفيف ألم الصداع).	(3-2-3-2)		
3	يقنع الآخرين بالمخاطر أو الآثار الجانبية لبعض المخدرات والأدوية. (الربط مع المهارات اللغوية).	(4-2-3-2)		
3	يستكشف وسائل بديلة للصحة والعافية بدلاً من اللجوء للأدوية مثل: (أخذ غفوة لتخفيف الضغط مقابل تناول الأسبرين، وتخطيط الوقت بشكل مناسب مقابل تناول حبوب الكافيين للبقاء مستيقظاً، ... إلخ).	(5-2-3-2)		
3	يتبنى موقفاً عن الصحة على سبيل المثال: (البدانة، السكري، المياه النظيفة، الكائنات المعدلة وراثياً، وغيرها) باستخدام معلومات دقيقة من خلال عرضاً تقديمياً، أو معرضاً، أو بحثاً مقنعاً، أو غير ذلك. (الربط بمادة الأحياء).	(6-2-3-2)		
3	يعد خطة لتوفير معلومات للامة حول قضية صحية (في حالة إنتشار مرض موسمي).	(1-3-3-2)	(3-3-2): يظهر وعياً بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	12
3	يحدد المنظمات المختلفة التي تضع السياسات وخطط العمل المتعلقة بقضايا الصحة البيئية العامة مثل: (منظمة الصحة العالمية).	(2-3-3-2)		
3	يستخدم مهاراته وأدوات لتحليل الحالة الصحية الشخصية وتحديد احتياجاته مثل: (مقياس كتلة الجسم، والجدول، وأشرطة القياس لتحديد محيط الوسط... إلخ).	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر فهماً لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	12
3	يقنع الآخرين بالاشتراك في سلوكيات آمنة بدلاً من السلوكيات الخطرة والمؤذية التي تضر المجتمع.	(2-4-3-2)		

تابع/مجال التربية الصحية (2)					
م	نتائج التعلم	المعيار	المحور	الصف	
3	يبحث فيما إذا كانت المعلومات الطبية الدقيقة عن التربية الجسدية الشاملة من العائلة، والعاملين في المدرسة، واختصاصي الصحة، ومسؤولين آخرين من البالغين تلبى معيار الدقة.	(1-1-4-2)	(1-4-2): يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.	(4-2): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	12
1	يظهر فهمًا بأن خيارات نمط حياة الفرد يمكن أن تؤثر في الآخرين مثل العائلة والمجتمع.	(1-2-4-2)	(2-4-2): يظهر فهمًا لمدى تأثير العوامل الخارجية، في توفير معلومات صحية موثوقة والقدرة على الوصول إليها.		
2	يقيم دور التكنولوجيا في مساعدتنا على التحكم في صحتنا وعافيتنا مثل: (المواد الصيدلانية، والجراحة التجميلية وعملية ربط المعدة).	(2-2-4-2)	(3-4-2): يظهر القدرة على وضع الأهداف لتعزيز الصحة.		
2	ينظر في القضايا الأخلاقية التي تظهر بسبب استخدام التكنولوجيا في صناعات الصحة واللياقة البدنية.	(3-2-4-2)	(4-4-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.		
3	يشجع استخدام أو تصميم تطبيقات تكنولوجية متنوعة، وإستراتيجيات ومهارات حل المشكلة عند اتخاذ قرار وضع أهداف لتعزيز الصحة.	(1-3-4-2)	(1-5-2): يتمكن من الوصول إلى معلومات عن المهن في مجال الصحة واللياقة، ويظهر فهمه للتأهيل والشهادات المطلوبة لهذه المهن.		
3	يظهر إستراتيجيات متنوعة عند اتخاذ قرارات متعلقة بتعزيز الصحة.	(1-4-4-2)	(5-2): الجامعة والاستعداد للمهنة		
1	يحدد الاتجاهات في مجال اللياقة البدنية والصحة ويلاحظ الأماكن التي يحتمل فيها وجود وظائف.	(1-1-5-2)			



# التربية البدنية والصحية

المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور





## المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يحاول إظهار التناسق في أداء المهارات الحركية الأساسية باستخدام السيطرة، والتوازن، والقوة والتنسيق بمساعدة المعلمة.	(1-1-1-1)	KG	(1-1): المهارات الحركية
2	يظهر القدرة على التوقف والتحرك حسب الإشارة، في الفراغ مع التحكم في الجسم وفي الأماكن المفتوحة والمغلقة مثل: (الانتقال مع الموسيقى باستخدام جزء أو أكثر من أجزاء الجسم، والأنشطة البدنية، والطلاقة الحركية) بمساعدة المعلمة.	(2-1-1-1)		
3	يطبق مهارات حل المشكلة للأنشطة المتصلة بالحركة عبر التغلب على صعوبات الحركة البسيطة باستخدام جزء واحد أو أكثر من أجزاء الجسم بمساعدة المعلمة.	(3-1-1-1)		
1	يظهر التنسيق في أداء المهارات الحركية الأساسية باستخدام السيطرة، والتوازن، والقوة والتوافق.	(1-1-1-1)	1	
1	يظهر القدرة على التوقف والتحرك حسب الإشارة، والجمع بين عدة مهارات متسلسلة، والتحرك في الفراغ مع التحكم في الجسم في الأماكن المفتوحة والمغلقة مثل: (الانتقال مع الموسيقى باستخدام جزء واحد أو أكثر من أجزاء الجسم).	(1-1-1-2)		
1	يستقل في تطبيق مهارات حل المشكلة للأنشطة المتصلة بالحركة عبر التغلب على صعوبات الحركة البسيطة باستخدام جزء واحد أو أكثر من أجزاء الجسم.	(1-1-1-3)		
1	يبدأ بتنسيق أداء المهارات الحركية الكبرى والدقيقة من أجل المشاركة في أنشطة مركبة وطلاقة حركية.	(1-1-1-1)	2	
1	يبدأ بتطبيق مهارات حل المشكلة المتعلقة بالأنشطة عبر التغلب على صعوبات الحركة باستخدام جزء أو أكثر من أجزاء الجسم.	(1-1-1-2)		
1	يبدأ بتطبيق ربط الحركات الانتقالية وغير الانتقالية، ويستخدم الأدوات أثناء أداء أنشطة رياضية متنوعة.	(1-1-1-3)		
3	ينسق في أدائه بين مهارات الحركة الكبرى والدقيقة من أجل المشاركة في أنشطة مركبة لتنمية الطلاقة الحركية.	(1-1-1-1)	3	
3	يطبق مهارات حل المشكلة في الحركات المتصلة بالأنشطة عبر التغلب على الصعوبات باستخدام جزء أو أكثر من أجزاء الجسم.	(1-1-1-2)		
3	يطبق ربط الحركات الانتقالية وغير الانتقالية، ويستخدم الأدوات الرياضية أثناء أداء أنشطة رياضية متنوعة فردية ومع الآخرين.	(1-1-1-3)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
3	ينسق بين أداء مهارات الحركة الكبرى والدقيقة من أجل تنفيذ أنشطة مركبة وحركات إبداعية (يستخدم السيطرة، والتوازن، والقوة، والتوافق).	(1-1-1-1)	4	تابع/ (1-1): المهارات الحركية
3	يطبق مهارات حل المشكلات للتغلب على الصعوبات الحركية.	(1-1-1-2)		
3	يشارك مع الآخرين وباستخدام الأجهزة في أداء المهارات الحركية في الأنشطة الرياضية.	(1-1-1-3)		
3	يؤدي شكلاً متطوراً نمائياً وناضجاً من أنواع المهارات الحركية للألعاب الرياضية المختلفة.	(1-1-1-1)	5	
3	يدمج بين المهارات الحركية للألعاب الرياضية للمشاركة في حركات متوافقة نمائياً وأنشطة بدنية.	(1-1-1-2)		
3	يشارك في ألعاب رياضية مطورة متنوعة، ومهام متوافقة، وحركات إبداعية في التعبير الحركي والسباحة والأنشطة الرياضية.	(1-1-1-3)		
2	يوظف المهارات الحركية في أدائه لمختلف الأنشطة الرياضية.	(1-1-1-1)	6	
3	يطبق المهارات الحركية في التمرين على الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية المختارة.	(1-1-1-2)		
2	يوظف ما تعلمه من المهارات الحركية لتشكيل جملة حركية متزايدة التعقيد.	(1-1-1-1)		
2	يطور كفاءة متزايدة في مهارات حركية أكثر تقدماً وتخصصية.	(1-1-1-2)	7	
3	يشارك في مهام وأنشطة فردية وزوجية وجماعية متنوعة؛ وفي أداء الحركات الإبداعية، والتعبير الحركي، والسباحة والألعاب الرياضية.	(1-1-1-3)		
3	يوظف المهارات الحركية التي تعلمها في أدائه لأنشطة رياضية متزايدة التخصص والدقة.	(1-1-1-1)		
3	يطور كفاءة متزايدة في مهارات حركية أكثر تقدماً وتخصصية.	(1-1-1-2)	8	
3	يشارك في مهام وأنشطة فردية وزوجية وجماعية متنوعة؛ وفي أداء الحركات الإبداعية، والتعبير الحركي، والسباحة والألعاب الرياضية.	(1-1-1-3)		
2	يظهر كفاءة في تطبيق المهارات الحركية التي تعلمها من أجل تنفيذ مهارات أكثر تعقيداً.	(1-1-1-1)		
2	يطور مهارات متقدمة في أنشطة رياضية مختارة.	(1-1-1-2)	9	
3	يستخدم نماذج وحركات مركبة في مواقف اللعب المختلفة.	(1-1-1-3)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور	
3	يظهر كفاءة في تطبيق المهارات الحركية التي تعلمها من أجل تنفيذ مهارات أكثر تطوراً وتعقيداً.	(1-1-1-1)	10	تابع/ (1-1): المهارات الحركية	
3	يستخدم بتكرار وبإتقان نماذج وحركات مركبة في بيئات ديناميكية متنوعة.	(1-1-1-2)			
3	يطور بازدياد مهارات متقدمة في أنشطة رياضية مختارة.	(1-1-1-3)			
2	يقارن بين الأنشطة الهوائية وغير الهوائية ويعطي أمثلة على كل منها.	(1-1-1-1)	11		
3	يطبق بفاعلية وإتقان خطط اللعب المختلفة لأنشطة رياضية مختارة.	(1-1-1-2)			
3	يظهر إتقاناً لمهارات حركية مركبة في أنشطة فردية وجماعية مختارة.	(1-1-1-3)			
1	يظهر معرفة بمفاهيم الحركة والمبادئ التي تساهم في تحسين أداء المهارات.	(1-1-1-1)	12		
2	يزيد قدرته على استخدام الحركة والتصوير الذهني للأداء الرياضي.	(1-1-1-2)			
3	يطبق مفاهيم ومبادئ الحركة لتحليل أدائه وأداء الآخرين.	(1-1-1-3)			
3	يصمم برنامجاً ذاتياً لتحسين مهاراته في نشاط رياضي مختار.	(1-1-1-4)			
1	يظهر فهماً لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية المختلفة وتأثيرها على الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس والتي تجعل من دقائق القلب والتنفس سريعة جداً، أو سريعة، أو بطيئة على التوالي) بمساعدة المعلمة.	(1-1-2-1)	KG		(2-1): اللياقة البدنية
3	يحدد عدداً من الأنشطة البدنية التي يعتبرها ممتعة، ويمارسها من خلال المشاركة في الحركات الإبداعية والتعبير الحركي بمساعدة المعلمة.	(2-1-2-1)			
1	يصف مشاعره وملاحظاته حول النشاط الرياضي وأثره على جسمه (كيف يشعر خلال التمرين الرياضي وبعده، وقبل وبعد تناول الطعام بمساعدة المعلمة).	(1-2-1-1)	1		
2	يظهر فهماً لأهمية ممارسة الأنشطة البدنية المختلفة وتأثيرها على الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس والتي تجعل من دقائق القلب والتنفس سريعة جداً، أو سريعة، أو بطيئة على التوالي).	(1-2-1-2)			
3	يحدد عدداً من الأنشطة البدنية التي يعتبرها ممتعة، ويمارسها من خلال المشاركة في الحركات الإبداعية والتعبير الحركي.	(1-2-1-3)			

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يتعرّف المؤشرات الفسيولوجية للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، والعطش). (الربط مع مادة العلوم العامة).	(1-2-1-1)	2	تابع/ (2-1): اللياقة البدنية
2	يظهر فهمه للعلاقة بين الأنشطة الرياضية وعناصر اللياقة البدنية لتحسين مستوى الصحة مثل: يُعرف أثر تدريبات كلاً من (التحمل على تحسين حالة القلب والجهاز التنفسي - القوة على زيادة حجم العضلات - المرونة على تحسين المدى الحركي للمفاصل - الحالة التغذوية وأثرها على التكوين الجسماني).	(1-2-1-2)		
1	يمارس الأنشطة الرياضية لزيادة كفاءته في المهارات المتخصصة.	(1-2-1-1)	3	
2	يشرح العلاقة بين الأنشطة الرياضية وعناصر اللياقة البدنية في تعزيز مستوى الصحة مثل: يُعرف أثر تدريبات كلاً من (التحمل على تحسين حالة القلب والجهاز التنفسي - القوة على زيادة حجم العضلات - المرونة على تحسين المدى الحركي للمفاصل - الحالة التغذوية وأثرها على التكوين الجسماني).	(1-2-2-1)		
2	يربط بشكل صحيح بين نتائج فحص اللياقة البدنية مع مستويات التغذية والحالة الصحية الشخصية.	(1-2-1-1)	4	
2	يتعرف المؤشرات الفسيولوجية للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني ويعدد الأسباب مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، والعطش).	(1-2-1-2)		
1	يظهر مهارات ومعرفة بتقييم مستويات اللياقة البدنية، ويشارك بأنشطة رياضية ينميها ويحافظ عليها.	(1-2-1-1)	5	
3	يطبق الاستجابات الفسيولوجية للتمرين الرياضي المرتبط مع مستوى اللياقة البدنية والتوازن الغذائي للفرد.	(2-1-2-1)		
1	يظهر فهمه لمكونات حمل التدريب الرياضي مثل: (الشدة، الكثافة، الحجم).	(1-1-2-1)	6	
3	يحلل نتائج عنصر واحد أو أكثر من عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	(2-1-2-1)		
3	يشارك في أنشطة رياضية، ويطبق معرفته بتقييم مستويات اللياقة البدنية لتطوير أدائه.	(1-1-2-1)	7	

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
3	يطبق ويقيّم الاستجابات الفسيولوجية للتمرين الرياضي المرتبط مع مستوى اللياقة البدنية والتوازن الغذائي للفرد.	(1-1-2-1)	8	تابع/ (2-1): اللياقة البدنية
3	يستخدم البيانات الفسيولوجية لتعديل مستويات التمرين ونوع الغذاء لتحسين الصحة.	(1-1-2-1)	9	
3	يختار أنشطة رياضية وقيمها ويطبقها للمحافظة على مستوى لياقته البدنية والصحية ومدى تحسينها.	(1-1-2-1)	10	
3	يستخدم نتائج تقييم اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لتوجيه التغييرات التي يجريها على برامجها للنشاطات البدنية.	(2-1-2-1)	10	
3	يصمم برامج صحية ذاتية وللآخرين مبنية على المعلومات التي حصل عليها من خلال تقييم مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	(1-1-2-1)	11	
3	يطبق البرنامج البدني الشخصي بما يتلائم مع قدراته البدنية مراعيًا مبادئ التغذية الصحية.	(1-2-1-2)	11	
3	يصمم برامج صحية ذاتية وللآخرين مبنية على المعلومات التي حصل عليها من خلال تقييم مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	(1-1-2-1)	12	
3	يطبق ويقيّم البرنامج البدني الشخصي بما يتلائم مع قدراته البدنية مراعيًا مبادئ التغذية الصحية.	(2-1-2-1)	12	
1	يظهر فهمه بأن أداء المهارات الحركية الأساسية المختلفة يتم أداؤها بأجزاء مختلفة من الجسم، لوحدها أو مجتمعة مثل: (الركل يتم بالقدم، والرمي باليد) (بمساعدة المعلمة).	(1-1-3-1)	KG	(3-1): الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية
2	يشارك بمدى واسع من الأنشطة الرياضية التي تختارها المعلمة ويبادر بها.	(2-1-3-1)		
3	يجمع بين أداء سلسلة من المهارات الحركية الأساسية بطريقة منظمة (بمساعدة المعلمة).	(3-1-3-1)		
1	يظهر معرفته بأن المهارات الحركية الأساسية المختلفة يتم أداؤها بأجزاء مختلفة من الجسم، لوحدها أو مجتمعة مثل: (الركل يتم بالقدم، والرمي باليد).	(1-1-3-1)	1	
2	يشارك في المهارات الحركية الأساسية التي تختارها المعلمة ويبادر بها.	(2-1-3-1)		
3	يجمع بين أداء سلسلة من المهارات الحركية الأساسية بطريقة منظمة.	(3-1-3-1)		
1	يظهر معرفته ببعض القوانين المبسطة في نوع النشاط الرياضي الذي يمارسه.	(1-1-3-1)	2	
2	يشارك في المهارات الحركية الأساسية بحيث يكون أكثرها من اختياره وأقلها من تقديم المعلمة.	(2-1-3-1)		
3	يجمع بين أداء سلسلة من المهارات الحركية الأساسية بطريقة منظمة.	(3-1-3-1)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
	يظهر فهماً لمجموعة متنوعة من الحركات الرياضية، وكيف تؤثر على الجسم. (1-1-3-1)	تابع/ (1-3-1): يشارك بانتظام في الأنشطة البدنية من أجل الصحة، والاستمتاع، والتحدي، والتعبير عن الذات والتفاعل الاجتماعي للمحافظة على نمط حياة صحي نشط.	3	(3-1): الأنتظام في ممارسة الأنشطة البدنية
2	يشارك بانتظام في مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية المعتدلة إلى النشطة والملائمة للمرحلة العمرية. (2-1-3-1)			
3	يظهر فهمه لمفاهيم النشاط الرياضي التي تساعد على تطوير أداء المهارة الحركية. (3-1-3-1)			
1	يشرح كيف أن مجموعة متنوعة من الأنشطة البدنية تؤثر في صحة الجسم. (1-1-3-1)		4	
2	يشرح أهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى الصحة والاستمتاع والتعبير عن الذات. (2-1-3-1)			
3	يطبق فهمه لمفاهيم النشاط الرياضي لتطوير تسلسل أداء المهارة الحركية. (3-1-3-1)			
3	يطبق معرفته بأهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى الصحة والاستمتاع والتعبير عن الذات في المشاركة أو إعداد برنامج لياقة بدنية بسيط مع زملائه وبمساعدة المعلمة. (1-1-3-1)		5	
1	يتعرف قوانين النشاط الرياضي الذي يختاره، ويلتزم بها ويشارك بالمعلومة مع أقرانه. (1-1-3-1)		6	
2	يحدد ويقرر نوع النشاط البدني الذي يمارسه ومدى مناسبته لجسمه. (2-1-3-1)			
3	يظهر فهمه للروابط بين الهدف من المهارات الرياضية وتأثيرها على اللياقة البدنية. (3-1-3-1)			
2	يؤدي أدواراً قيادية من خلال تطبيقه لقوانين النشاط الرياضي المختار ويلتزم بها ويشجع زملاءه على القيام بذلك. (1-1-3-1)		7	
3	يطبق فهمه للروابط بين أغراض المهارات الحركية وتأثيرها على اللياقة البدنية. (2-1-3-1)		8	
1	يتعرف المصطلحات الأساسية للبحث عن أفضل البرامج الرياضية. (الربط مع التكنولوجيا ومهارات القرن 21) (1-1-3-1)			
2	يصنف الأنشطة الرياضية من حيث مدى تأثيرها على أجهزة الجسم الحيوية. (2-1-3-1)			
2	يحدد أولويات لممارسة نوع النشاط الرياضي الذي يرفع مستوى الكفاءة البدنية والفسولوجية. (1-1-3-1)		9	
2	يفسر أهمية دعوة الصحابي عمر بن الخطاب "علموا أولادكم السباحة والرمية وركوب الخيل". (الربط مع مادة التربية الإسلامية). (2-1-3-1)			



## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور		
3	يطبق المهارات الحركية في مجموعة متنوعة من الأنشطة البدنية لتحقيق مستويات متطورة في الأداء.	(1-1-3-1)	10	(3-1): الأنتظام في ممارسة الأنشطة البدنية		
3	يشارك أثناء وبعد المدرسة في أنشطة رياضية متنوعة من أجل تحقيق أهداف شخصية تعزز تطوير وتحسين مستوى اللياقة البدنية.	(2-1-3-1)				
3	يستخدم التكنولوجيا لتحسين القدرة على وضع الأهداف وتصميم برنامج ملائم لزيادة اللياقة البدنية.	(3-1-3-1)				
3	يطبق وقيّم ويحلل العناصر الأساسية لمفاهيم النشاط الرياضي.	(1-1-3-1)			11	
3	يستخدم التكنولوجيا لتحديد نقاط القوة والضعف، ووضع الأهداف، وتصميم برنامج مناسب، ومراقبة التقدم في عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	(2-1-3-1)				
3	يطبق وقيّم ويحلل العناصر الأساسية لمفاهيم النشاط الرياضي وصولاً إلى الزيادة التصاعدية لمكونات التدريب.	(1-1-3-1)				
3	يحلل وقيّم مستوى البرامج الرياضية لتحقيق أفضل النتائج لتعزيز الصورة الإيجابية للذات.	(2-1-3-1)				
1	يظهر وعيه بمفاهيم الجسم من خلال تعريف الأجزاء الكبيرة والصغيرة للجسم بمساعدة المعلمة.	(4-1 1-1)	KG	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات		
1	يظهر استيعاباً لمفاهيم المساحة (الفراغ الخاص والفراغ العام) بمساعدة المعلمة.	(2-1-4-1)				
1	يتبع قواعد وإجراءات السلامة المناسبة لمرحلته العمرية في الغرفة الصفية والملعب مع مساعدة المعلمة.	(3-1-4-1)				
1	يظهر وعياً بمفاهيم الجسم من خلال تعريف الأجزاء الكبيرة والصغيرة للجسم؛ واستيعاباً لمفاهيم المساحة عبر تعريف الفراغ الخاص والعام مع مساعدة المعلمة.	(1-1-4-1)			1	
1	يلتزم بقواعد وإجراءات السلامة المناسبة لمرحلته العمرية في الغرفة الصفية والملعب مع دعم المعلمة.	(2-1-4-1)				
1	يظهر تفهماً لعمل الجسم، وأين ينتقل الجسم، وكيف يقوم الجسم بأداء الحركة والعلاقات التي تحدث خلال الحركة.	(1-1-4-1)				
1	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة لأنشطة رياضية محددة.	(2-1-4-1)			2	
1						

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يعرف العناصر الضرورية لأداء المهارة لنفسه وللآخرين باستخدام مفردات الحركة.	(1-1-4-1)	3	تابع/ (4-1): المفاهيم والإستراتيجيات
3	يطبّق قواعد وممارسات وإجراءات السلامة أثناء أدائه لأنشطة رياضية محددة، ويفسر أهميتها.	(2-1-4-1)		
1	يبدأ بإظهار القيادة في وضع قواعد وممارسات وإجراءات السلامة لأنشطة رياضية محددة. (الربط مع القيادة/مهارات القرن الحادي والعشرين).	(1-1-4-1)	4	
3	ينقد عناصر مهارة الأداء لنفسه وللآخرين باستخدام مفردات الحركة. (الربط مع التفكير الناقد).	(2-1-4-1)		
1	يتعرّف بنفسه من مصادر التكنولوجيا مفاهيم وقواعد اللعبة المستهدفة، ويقترح تحسينات على الأداء لنفسه وللآخرين. (الربط مع مهارات القرن الحادي والعشرين - البحث والاستقصاء).	(1-1-4-1)	5	
3	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في المزيد من المواقف التعليمية الحركية.	(2-1-4-1)		
2	يظهر فهمًا لعمل الجسد، وكيف يتحرك، وكيف يقوم بأداء الحركات البدنية، والعلاقات التي تحدث عند القيام بأشكال متزايدة التعقيد من الحركة والأداء البدني.	(1-1-4-1)	6	
3	يقيم أداء زملائه عبر الملاحظة المباشرة أو لقطات (الفيديو) المسجلة، ويحدد بدقة الفجوات (الأخطاء) في الأداء الحركي بمساعدة المعلم.	(2-1-4-1)		
1	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في المزيد من المواقف التعليمية والأنشطة الحركية.	(1-1-4-1)		
	يقيم أداء زملائه عبر الملاحظة المباشرة أو لقطات (الفيديو) المسجلة، ويحدد بدقة الفجوات (الأخطاء) في الأداء الحركي. (الربط مع التعلم الإلكتروني).	(2-1-4-1)	7	
3	يستخدم مصادر متنوعة (الذات والزميل والمعلم والتكنولوجيا) لاقتراح تحسينات على الأداء الحركي للذات وللآخرين.	(1-1-4-1)		
3	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في مواقف تعليمية لأنشطة حركية متزايدة التخصص.	(2-1-4-1)	8	

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
3	يستخدم مصادرة متنوعة (الذات والزميل والمعلم والتكنولوجيا) لمراقبة التحسينات على إستراتيجيات الأداء الحركي للذات وللآخرين.	(1-1-4-1)	9	(4-1): المفاهيم والإستراتيجيات
1	يظهر معرفته بأن القواعد والممارسات وإجراءات السلامة تحتاج إلى التعديل وفقاً للمواقف التعليمية الحركية المختلفة.	(1-1-4-1)	10	
1	يظهر معرفة بمواصفات اللاعب الماهر في لعبة متخصصة.	(2-1-4-1)	11	
2	يحدد العناصر الرئيسة التي تؤدي إلى إتقان لعبة متخصصة.	(3-1-4-1)	12	
3	يعمل مع الآخرين لوضع قواعد وممارسات وإجراءات السلامة للمواقف التعليمية والأنشطة الرياضية المختلفة.	(1-1-4-1)	KG	
3	يحلل الأداء المهاري للاعب في لعبة متخصصة لتطوير أدائه.	(2-1-4-1)	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	
3	يحدد ويطبق العناصر الرئيسة التي تؤدي إلى إتقان لعبة متخصصة.	(3-1-4-1)	1	
3	يقيم الذات وأداء زملاءه من خلال الملاحظة المباشرة، أو شرائط (الفيديو) المسجلة، ويعطي مقترحات مناسبة للتحسين.	(1-1-4-1)		
3	يطبق مفاهيم ومبادئ الحركة لتحليل أدائه وأداء الآخرين.	(2-1-4-1)		
1	يبدأ بإظهار سلوك آمن تجاه الذات والآخرين باتباع التعليمات والإجراءات والممارسات الآمنة أثناء أداء الأنشطة الرياضية مع توجيه وتعزيز المعلمة.	(1-1-5-1)		
3	يتفاعل بشكل مناسب أثناء أداء الأنشطة الرياضية مع الأقران والأشخاص الكبار المألوفين لديه، والبقاء على المهمة لفترات قصيرة، بإشراف المعلمة مثل: (المشاركة، والالتزام بالدور، واتباع القواعد). (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-5-1)		
1	يحترم الفروق الفردية أثناء أداء النشاط الرياضي مع الأقران بمساعدة المعلمة.	(1-2-5-1)		
1	يظهر سلوكاً آمناً تجاه الذات والآخرين باتباع التعليمات والإجراءات والممارسات الآمنة أثناء أداء الأنشطة الرياضية مع توجيه وتعزيز المعلمة.	(-1-5-1-1)		
3	يتفاعل بشكل مناسب أثناء أداء الأنشطة الرياضية مع أقرانه والأشخاص الكبار المألوفين لديه، ويبقى على المهمة لفترات قصيرة، مثل: (المشاركة في النشاط الرياضي، والالتزام بالدور، واتباع القواعد).	(2-1-5-1)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يظهر الرغبة في اللعب مع أقرانه في صفه، ويعترف بأوجه التشابه، ويقدر الاختلافات بين الناس.	(1-5-1-2)	1	(5-1): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات
1	يفهم قواعد الصف ويشارك في تطويرها، ويلتزم بالأنظمة الصفية، وإجراءات وممارسات السلامة، ويظهر أدبًا وروحًا رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي.	(1-1-5-1)	2	
1	يطور المهارات الضرورية لحل الخلافات بسلام.	(2-1-5-1)	3	
1	يظهر سلوكيات تراعي الفروق الفردية، والتي يمكن أن تؤثر في الأنشطة الرياضية الجماعية مثل: (الجسدية، والنوع الاجتماعي، والثقافية/العرقية، والاجتماعية الوجدانية).	(1-5-2-1)	1	
2	يلتزم بالأنظمة الصفية، وقواعد النشاط الخاص، وإجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدبًا وروحًا رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي.	(1-1-5-1)	3	
3	يمارس المهارات اللازمة لحل الخلافات بسلام. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-5-1-2)	3	
3	يظهر احترامًا للإعاقات الجسدية لزملائه أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)	1	
1	يظهر فهمًا للتحديات التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية. (الربط مع المواطنة).	(-1-5-1-1)	4	
3	يطبق قواعد الصف، ويشارك في تطويرها، ويلتزم بالأنظمة الصفية، وقواعد النشاط الخاص، وإجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدبًا وروحًا رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-5-1-2)	2	
2	يطبق سلوكيات ترعي الفروق الفردية، والتي يمكن أن تؤثر في نشاطات المجموعة مثل: (الجسدية، النوع الاجتماعي، الثقافي/العربي، الاجتماعي، الوجداني). (الربط مع المواطنة ومهارات القرن الحادي والعشرين - التعلم التعاوني).	(1-5-2-1)	5	
1	يظهر التسامح مع الزملاء، ويتجنب الخلافات.	(1-1-5-1)	1	
3	يظهر فهمًا لإستراتيجيات العمل الجماعي تشمل مختلف الزملاء، بغض النظر عن الفروق الفردية في أدائهم للأنشطة الرياضية. (الربط مع التعلم التعاوني).	(1-2-5-1)	1	

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يستمر في تطوير مهاراته الحركية للمشاركة المنتجة في النشاطات التعاونية والتنافسية ضمن المجموعات.	(1-5-1-1)	6	المسؤول واحترام الاختلافات (5-1): السلوك
3	يطبق مهارات ملائمة من أجل حل الخلاف بسلام.	(1-5-1-2)		
1	يحترم الميول والاتجاهات واختلاف الدوافع لدى زملائه في مختلف مناحي الحياة.	(1-5-2-1)		
1	يظهر إدراكه لأهمية الأسلوب التعاوني لتحقيق هدف مشترك في الأنشطة الرياضية.	(1-5-2-2)		
2	يطور ويطبق مهاراته الحركية للمشاركة المنتجة في النشاطات التعاونية والتنافسية ضمن المجموعات.	(1-5-1-1)	7	
1	يظهر وعياً بالتحديات التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة).	(1-2-5-1)		
3	يطبق ويقيم مهاراته الحركية للمشاركة المنتجة في النشاطات التعاونية والتنافسية ضمن المجموعات.	(1-1-5-1)	8	
2	يميز بين الأشخاص من ثقافات مختلفة، والأشخاص ذوي الإعاقات وأثر ذلك على سلوك الفرد أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)		
3	يتولى أدوار القيادة في وضع القواعد في الصف، ويلتزم بقواعد النشاط الخاص، وإجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدباً وروحاً رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي.	(1-1-5-1)	9	
2	يصف الترابط بين الصحة النفسية والاجتماعية الذي يؤثر في ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)		
3	يطبق إجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدباً وروحاً رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي، ويبادر إلى تشجيع الآخرين من أجل القيام بالمثل.	(1-1-5-1)	10	
3	يطبق مهارات القيادة والتعاون من أجل إنجاز أهداف أنشطة رياضية مختلفة.	(2-1-5-1)		
2	يطور ويشارك في تنفيذ استراتيجيات تشمل جميع الأفراد، ويراعي الفروق الفردية بينهم في أماكن النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)		
3	يبادر في استخدام المهارات المناسبة لحل الخلافات بسلام وتشجيع الآخرين على القيام بالمثل.	(1-1-5-1)	11	
3	يصمم برامج توعية تساعد على العمل بكفاءة لحماية ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (1) المجال التربوية البدنية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
3	يظهر القيادة والتعاون من أجل إنجاز أهداف أنشطة رياضية مختلفة.	(1-1-5-1)	12	(1 - 5): السلوك المسؤول واحترام الاختلافات
3	يقيم مشكلات أدائه الشخصي دون وضع اللوم على الآخرين.	(2-1-5-1)		
3	يصمم برامج توعية تساعد على العمل بكفاءة لحماية ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	(1-2-5-1)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يبدأ في تكوين مشاعر إيجابية نحو ممارسة النشاط البدني، ويتعرف على العلاقة بين النشاط البدني والمرح بتشجيع من المعلمة. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-1-1)	KG	(2-1): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم
2	يشرح دور الغذاء في امداد العضلات والجسم بالطاقة. (الربط مع مادة العلوم العامة).	(2-1-1-2)		
1	يعرف أجزاء الجسم، ويصفها من خلال الرسومات والصور مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم). (الربط مع مادة العلوم العامة).	(1-2-1-2)		
1	يعدد فوائد النشاط الرياضي للصحة الجيدة.	(1-1-1-2)	1	(2-1): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم
2	يصف سلوكيات يومية تساعد على المحافظة على الصحة الجيدة مثل: (تناول الأطعمة الصحية المتوازنة، وممارسة نشاط بدني بانتظام، وغسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والحصول على قسط كاف من النوم، وارتداء واقي من الشمس).	(2-1-1-2)		
2	يفسر قوله تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ (سورة التين). (الربط مع التربية الإسلامية).	(3-1-1-2)		
2	يفسر كيف تتأثر الصحة بالنمو والتفاعل بين أجزاء الجسم. (الربط مع مادة العلوم).	(1-2-1-2)		
2	يصف الغذاء الصحي، ويحدد مخاطر تناول الطعام غير الصحي.	(1-1-1-2)		
2	يصف فوائد النشاط البدني، وكيفية دمج اللياقة البدنية كنمط حياة للفرد.	(2-1-1-2)	2	(2-1): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم
2	يظهر فهمه لدعوة الإسلام للمحافظة على الصحة الجيدة والقوام السليم. (الربط مع مادة التربية الإسلامية).	(3-1-1-2)		



## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يظهر فهماً للوظائف المتخصصة في أنظمة الجسم. (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-2-1)	2	تابع/(2-1): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم
1	يعرف مصادر الغذاء الشائعة المتضمنة في النظام الغذائي المتوازن، مثل: (الفاكهة، والخضار، والحبوب مع مراعاة الطبق الغذائي). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-1-2)	3	
2	يصنف المصادر والمواد الغذائية، ودورها في كيفية اتباع النظام الغذائي الصحي مثل: (الفيتامينات والمعادن والبروتينات، والكاربوهيدرات، والدهون). (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-1-2)		
2	يربط بين الاهتمام بالنشاط الرياضي وتناول الغذاء الجيد مع دعوة الإسلام للاهتمام بالصحة. (الربط مع مادة التربية الإسلامية).	(3-1-1-2)		
2	يفهم أثر السلوكيات الشخصية الصحية على عمل أجهزة الجسم. (الربط مع مادة العلوم والمهارات الحياتية).	(1-2-1-2)	2	
2	يميز بين السلوكيات اليومية التي تعزز الصحة الجيدة مثل (اتباع أنظمة غذائية متوازنة، وممارسة الرياضة بشكل منتظم، وغسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والحصول على قدر كاف من النوم والوقاية من الشمس).	(1-1-1-2)	4	
2	يفسر أهمية الأنظمة الغذائية والرياضة ونمط الحياة من أجل المحافظة على الصحة، والوقاية من الأمراض مثل: (أمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، والسكري). (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-1-2)		
2	يفسر حديث الرسول ﷺ "المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير". (الربط مع مادة التربية الإسلامية).	(3-1-1-2)		
2	يفسر العلاقة بين مراحل النمو والتغيرات الفسيولوجية البسيطة. (الربط مع مادة العلوم).	(1-2-1-2)		
2	يسترشد بمصادر متنوعة (الإنترنت وغيره) لتصميم خطة نظام تغذية صحية يتضمن محتوى غذائياً مناسباً للعمر والطول ومستوى النشاط الرياضي. (الربط مع التكنولوجيا ومهارات القرن 21).	(1-1-1-2)	5	
2	يعد بحثاً عن الصحة والتربية البدنية في الإسلام بمساعدة المعلمة. (الربط مع التربية الإسلامية ومهارات القرن 21).	(2-1-1-2)		



## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يربط الطالب بين العمر والتغيرات الفسيولوجية. (الربط بمادة العلوم).	(1-2-1-2)	5	تابع/ (2-1): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم
2	يسترشد بمصادر متنوعة (الإنترنت وغيره) لتطبيق خطة لياقة بدنية مبنية على الاهتمامات والأهداف والصحة الشخصية. (الربط مع المهارات التكنولوجية ومهارات القرن 21).	(1-1-1-2)	6	
3	يطبق كيفية قياس معدل ضربات القلب وضغط الدم ومؤشر كتلة الجسم، والسعرات الحرارية، وغيرها من المؤشرات التي تدل على نمط حياة صحي. (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-1-2)		
2	يصف التغيرات الجسدية والعاطفية التي تحدث أثناء فترة البلوغ. (الربط مع مادة العلوم والصحة النفسية).	(1-2-1-2)	7	
2	يحلل المصادر والمواد الغذائية، ودورها في كيفية اتباع النظام الغذائي الصحي مثل: (الفيتامينات والمعادن والبروتينات، والكربوهيدرات، والدهون). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-1-2)		
3	يعد خطة لحمية صحية تتضمن محتوى غذائياً مناسباً للعمر والطول ومستوى النشاط البدني المبدول.	(2-1-1-2)	8	
2	يصف مجموعة التغيرات التي تحدث على الجسم في مرحلة البلوغ وعلاقتها بوظيفة التناسل البشري. (الربط بمادة العلوم).	(1-2-1-2)		
3	يقيم المصادر والعناصر الغذائية، ودورها في كيفية النظام الغذائي الصحي مثل: (الفيتامينات والمعادن والبروتينات، والكربوهيدرات، والدهون). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-1-2)	9	
3	يقنع الآخرين بفوائد النشاط البدني، وكيفية إدماج اللياقة البدنية في نمط حياتهم اليومية. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-1-1-2)		
2	يحدد التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث في المراحل العمرية. (الربط مع مادة العلوم وعلم النفس).	(1-2-1-2)	9	
2	يناقش أهمية الحمية الغذائية، والرياضة في المحافظة على الصحة، والوقاية من الأمراض مثل: (السمنة وأمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، والسكري من النوع الثاني، ونقص فيتامين د، وسرطان الجلد، وسرطان الرئة). (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-1-1)		
3	يحلل التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث في مختلف المراحل العمرية. (الربط مع مادة العلوم والصحة النفسية).	(1-2-1-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور	
2	يصف التغيرات الفسيولوجية التي تحدث في الجهاز التناسلي في دورة حياة الإنسان. (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-1-2)	10	تابع/ (2-1): النشاط البدني، والغذاء، وأجهزة الجسم	
3	ينظم حملة للتوعية بأهمية الحماية الغذائية، والرياضة في المحافظة على الصحة، والوقاية من الأمراض مثل: (السمنة وأمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، والسكري، وسرطان الجلد، وسرطان الرئة). (الربط مع المواطنة - المسؤولية المجتمعية).	(1-2-1-2)			
2	يضع خطة لتحسين الصحة والقوام، ويشارك في أنشطة بدنية تتماشى مع قدراته ومهاراته البدنية.	(1-1-1-2)	11		
3	يجرب أنشطة رياضية جديدة كجزء من خطة لتحسين الصحة والقوام.	(2-1-1-2)			
2	يصف ويحلل التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث على مدى الحياة خلال المراحل العمرية. (الربط مع مادتي العلوم والصحة النفسية).	(1-2-1-2)			
2	يتخذ قرارات وينفذ خططاً للمشاركة في أنشطة بدنية مختلفة مبنية على الاهتمامات والمشاعر الإيجابية نحو الإنجاز في الحياة اليومية.	(1-1-1-2)	12		
3	يصف ويحلل التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث على مدى المراحل العمرية المختلفة، بما في ذلك أسباب المشكلات مثل: (أسباب حدوث العقم) والحلول لقضايا مختلفة مثل: (العلاج بالهرمونات). (الربط مع مادة العلوم والصحة النفسية).	(1-2-1-2)			
3	يصمم لنفسه برنامجاً غذائياً متوازناً ومتكاملاً بالاستعانة بالهرم الغذائي، وينفذه مع الالتزام بممارسة الأنشطة البدنية بشكل منتظم. (الربط مع المهارات اللغوية والصحة النفسية).	(2-2-1-2)			
2	يستخدم لغة ملائمة للتعبير عن عواطفه ومشاعره أثناء أداء الأنشطة الرياضية. (الربط مع مهارات الاتصال والتواصل).	(1-1-2-2)	KG		(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
1	يحدد كيف يعبر عن عواطفه ومشاعره واحتياجاته بطريقة مناسبة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية. (الربط مع مهارات الاتصال والتواصل).	(1-2-2-2)			
3	يتواصل باستخدام الكلمات كوسائل لتعزيز الصحة. (الربط مع مهارات الاتصال والتواصل).	(2-2-2-2)			
1	يعدد أمثلة على الاختلافات الجسدية مثل: (قصير - طويل - سمين - نحيف...), (الربط مع مادة العلوم).	(1-3-2-2)			

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يشرح أنواع العواطف والمشاعر وكيفية التعبير عنها بمهارات اتصال فعالة. (الربط مع مهارات الاتصال اللغوية والمهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	1	تابع/(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
3	يصف طرائق لإدارة مشاعره بعد اللعب وأثناء فترة الراحة وكيفية التكيف مع الظروف الصعبة. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-2-2)		
1	يظهر فهمًا لمهارات الاستماع الفعال لبناء علاقات صحية مع الرفاق وأعضاء الأسرة والمحافظة عليها. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-2-2-2)		
2	يمارس أساليب التواصل اللفظي وغير اللفظي كوسائل لتعزيز الصحة. (الربط مع مهارات الاتصال اللغوية).	(2-2-2-2)		
3	يحدد السمات الضرورية ليكون فردًا مسؤولًا ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المهارات الحياتية/القيادة).	(3-2-2-2)		
1	يحدد طرائق التعامل مع الآخرين (احترام الرأي والرأي الآخر).	(1-3-2-2)		
3	يبدأ في الاشتراك في وضع حلول لحل الخلاف، ويطلب المساعدة عند الضرورة.	(2-3-2-2)		
1	ينمي تقديره الخاص بجسده وكيفية العناية به. (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-2-2)		
2	يفسر أهمية الصحة الجيدة مثل: (الشعور بالراحة، والإنتاجية في العمل، والوقاية من الأمراض). (الربط مع مادة اللغة العلوم والمهارات اللغوية).	(2-1-2-2)		
1	يظهر السمات الضرورية، ليكون فردًا مسؤولًا ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المواطنة).	(1-2-2-2)	2	
2	يظهر فهمًا لمهارات التجنب والرفض لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات والحياتية).	(2-2-2-2)		
3	يطبق مهارات الاستماع الفعال لبناء علاقات صحية مع الرفاق وأعضاء العائلة والمحافظة عليها. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(3-2-2-2)		
2	يستخدم إستراتيجيات العائلة والرفاق والمدرسة والمجتمع لمنع الخلاف وإدارته وحله، ويحدد الأشخاص البالغين الذين قد يقدمون المساعدة عند الحاجة.	(1-3-2-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور	
2	يقارن بين كل من الحالة الصحية السيئة والجيدة، ويشرح خصائص كل منهما. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(1-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعده على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.	3	تابع/(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
3	يبين ويوضح أن مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي هي وسيلة لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات اللغوية).	(1-2-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.		
3	يعرف ويستخدم مهارات التجنب والرفض لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-2-2-2)	(2-2-3): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.		
2	يستخدم إستراتيجيات التعاون والتنسيق مع العائلة والرفاق والمدرسة والمجتمع لمنع الخلاف وإدارته وحله، ويحدد الأشخاص البالغين الذين قد يساعدون في ذلك عند الحاجة.	(1-3-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعده على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.		
1	يعرّف مهارات إدارة الإجهاد، ويحدد مسببات الاكتئاب للتمكن من التكيف مع الظروف الصعبة. (الربط مع مادة المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	(2-2-2): يظهر القدرة على استخدام مهارات التواصل مع الآخرين لتعزيز الصحة.		
2	يشرح الترابط بين الصحة العقلية والعاطفية والاجتماعية والمادية، ويطور جسده وكيف يهتم به. (الربط مع مادة المهارات الحياتية).	(2-1-2-2)	(1-2-2-2): يحدد ويناقش سبل التعبير عن العناية الصحية، ويحترم ذاته والآخرين دون تحيز، أو سوء معاملة، أو تمييز على أساس (اللون، أو الجنس، أو الدين، أو النسب، أو التخلف العقلي، والاضطراب العقلي والتعلم). (الربط مع مادة التربية الوطنية/المواطنة والمهارات الحياتية).		
2	يحدد ويناقش سبل التعبير عن العناية الصحية، ويحترم ذاته والآخرين دون تحيز، أو سوء معاملة، أو تمييز على أساس (اللون، أو الجنس، أو الدين، أو النسب، أو التخلف العقلي، والاضطراب العقلي والتعلم). (الربط مع مادة التربية الوطنية/المواطنة والمهارات الحياتية).	(1-2-2-2)	(2-2-2-2): يظهر مهارات التواصل المفتوح لبناء علاقات صحية مع الرفاق وأعضاء العائلة والمحافظة عليها. (الربط مع مادة التربية الوطنية/المواطنة والمهارات اللغوية والحياتية).		
3	يظهر مهارات التواصل المفتوح لبناء علاقات صحية مع الرفاق وأعضاء العائلة والمحافظة عليها. (الربط مع مادة التربية الوطنية/المواطنة والمهارات اللغوية والحياتية).	(2-2-2-2)	(2-2-3): يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.		
2	يظهر معرفته بإستراتيجيات التعاون والتنسيق مع العائلة والرفاق والمدرسة والمجتمع لمنع الخلاف وإدارته وحله، ويحدد الأشخاص البالغين الذين يثق بهم لتقديم المساعدة عند الحاجة.	(1-3-2-2)	(1-2-2): يصف المشاعر وكيف يمكن أن تؤثر على سلوك الفرد. (الربط مع المهارات اللغوية ومهارات القرن الحادي والعشرين).		
1	يحدد الطرائق الصحية التي تساعد على التعبير عن احتياجاته ورغباته ومشاعره. (الربط مع المهارات اللغوية والمهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	(1-2-2): يطبق آليات تساعده على إدارة الضغوط الحياتية والتقليل منها.		
2	يصف المشاعر وكيف يمكن أن تؤثر على سلوك الفرد. (الربط مع المهارات اللغوية ومهارات القرن الحادي والعشرين).	(2-1-2-2)	(3-1-2-2): يحلل مهارات إدارة الإجهاد، ويحدد مسببات الاكتئاب للتمكن من التكيف مع الظروف الصعبة مثل: (الخروج للمشي، أخذ استراحة، والتأمل، ...إلخ). (الربط مع المهارات الحياتية).		
3	يحلل مهارات إدارة الإجهاد، ويحدد مسببات الاكتئاب للتمكن من التكيف مع الظروف الصعبة مثل: (الخروج للمشي، أخذ استراحة، والتأمل، ...إلخ). (الربط مع المهارات الحياتية).	(3-1-2-2)			

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يبدأ بعرض السبل للتعبير عن العناية الصحية، والتعاطف، والاحترام، والمسؤولية نحو الآخرين دون تحيز، أو سوء معاملة، أو تمييز. (الربط مع المهارات اللغوية والمواطنة).	(1-2-2-2)	5	تابع/(2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
3	يستخدم مهارات التواصل لبناء علاقات صحية والمحافظة عليها. (الربط مع المهارات اللغوية).	(2-2-2-2)		
2	يحدد إستراتيجيات للوقاية من العنف وإدارته وحله بطرائق صحية، ويحدد الأشخاص الذين يثق بهم للمساعدة في الوقت المناسب. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-3-2-2)		
3	يبحث في الأسباب المحتملة للخلاف بين الشباب في المدارس والمجتمعات. (الربط مع المهارات الحياتية والمواطنة).	(2-3-2-2)		
1	يصف الترابط بين الصحة العقلية والعاطفية والاجتماعية والمادية، ويقدر جسده وكيفية العناية به. (الربط مع مادة العلوم والمهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	6	
1	يحدد السمات الضرورية ليكون فردًا مسؤولاً ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المواطنة والمهارات الحياتية).	(1-2-2-2)		
2	يظهر سبل التعبير عن العناية الصحية، والتعاطف، والاحترام، والمسؤولية نحو الآخرين دون تحيز، أو سوء معاملة، أو تمييز. (الربط مع المواطنة والمهارات الحياتية).	(2-2-2-2)		
3	يطبق مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي كوسيلة لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(3-2-2-2)	7	
3	يعرض إستراتيجيات للوقاية من الخلاف وإدارته وحله بطرائق صحية وتحديد الأشخاص البالغين والاصدقاء الذين يثق بهم لتقديم المساعدة في الوقت المناسب.	(1-3-2-2)		
1	يحدد المواقف التي يمكن أن تؤثر في العواطف والتواصل والسلوك والعلاقات. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)		
2	يصف العلاقة بين الصحة الجسدية والعقلية والوجدانية والاجتماعية، ويكوّن صورة إيجابية للذات. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-1-2-2)	7	
1	يحدد الطرائق التي من خلالها يمكن للعواطف أن تؤثر في التواصل والسلوك والعلاقات. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-2-2-2)		
2	يقارن ويميّز بين الطرائق الصحية للتعبير عن الاحتياجات والرغبات والمشاعر. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-2-2-2)		
3	يعبر عن رفضه الشخصي، ويستخدم مهارة التفاوض لتجنب العواقب السلبية. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(3-2-2-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
3	يقترح إستراتيجيات للتجنب من الخلاف وإدارته وحله بطرائق صحية، ويحدد الأشخاص البالغين الذين يثق بهم لتقديم المساعدة في الوقت المناسب.	(1-3-2-2)	7	تابع/ (2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
2	يحدد المواقف التي يمكن أن تؤثر في العواطف والتواصل والسلوك والعلاقات. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	7	
3	يطبق الإستراتيجيات التي تساعد على التحكم في الإجهاد والتوتر، وتحديد علامات الاضطرابات النفسية بما في ذلك المخاطر التي تؤدي إلى الإكتئاب. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-2-2)		
1	يظهر فهمًا لمهارات الرفض والتجنب والمفاوضة لتحسين العلاقات الصحية. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(1-2-2-2)	8	
2	يشرح طرائق متنوعة يمكن من خلالها للعواطف أن تؤثر في الاتصال والسلوك والعلاقات. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-2-2-2)		
3	يطبق مهارات فعالة للاتصال اللفظي وغير اللفظي كوسيلة لتعزيز الصحة. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(3-2-2-2)		
2	يطبق الإستراتيجيات الملائمة للوقاية وإدارة وحل الخلافات بطرائق صحية.	(1-3-2-2)		
2	يصف العلاقة المتبادلة بين الصحة العقلية والوجدانية والاجتماعية والبدنية خلال فترة ما قبل المراهقة، ويكوّن صورة إيجابية للذات. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	9	
3	يطبق الإستراتيجيات التي تساعد على التحكم في الإجهاد والتوتر، وتحديد طرائق المساعدة للاضطرابات العقلية والتكيف مع الظروف الصعبة. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-1-2-2)		
2	يطبق مهارات التواصل بفعالية مع العائلة، والرفاق، والآخرين. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(1-2-2-2)		
3	يطبق ويقيم السمات الضرورية ليكون فردًا مسؤولاً ضمن مجموعة الرفاق، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المواطنة والمسؤولية المجتمعية).	(2-2-2-2)		
2	يبدأ بتحديد الأولويات وإظهار إستراتيجيات للمحافظة على العلاقات الصحية وحل الخلافات بين الأشخاص. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-3-2-2)		
3	يطبق مهارات التجنب والرفض والتفاوض والتعاون لتعزيز العلاقات الصحية. (الربط مع المهارات اللغوية).	(2-3-2-2)		



## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يصف الترابط الإيجابي بين الصحة العقلية والعاطفية والاجتماعية والبدنية ويظهر قدرة على تحديد المشاعر الإيجابية والسلبية وتحليل أثرها على السلوك. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-1-2-2)	10	تابع/ (2-2): الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال
1	يحدّد السمات الضرورية، ليكون فردًا مسؤولاً ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المهارات اللغوية).	(1-2-2-2)		
2	يقارن ويميز بين المهارات الفعالة في الاتصال اللفظي وغير اللفظي كوسيلة لتحسين الصحة. (الربط مع المهارات اللغوية والحياتية).	(2-2-2-2)		
2	يحدد الأولويات، ويعرض إستراتيجيات للمحافظة على العلاقات الصحية وحل الخلافات بين الأشخاص.	(1-3-2-2)		
3	يظهر امتلاكه لمهارات التجنب والرفض والتفاوض والتعاون ويطبقها لتعزيز العلاقات الصحية.	(2-3-2-2)		
3	يحلل المواقف السلوكية السابقة ويطبق الطرائق الصحية للتعبير عن احتياجاته ورغباته ومشاعره. (الربط مع المهارات اللغوية والصحة النفسية).	(1-1-2-2)	11	
3	يقيم السمات الضرورية، ليكون فردًا مسؤولاً ضمن مجموعته، ومدرسته، وعائلته، ومجتمعه. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-2-2-2)		
3	يحدد المشاعر السلبية والإيجابية، ويحلل أثرها في السلوك. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-2-2-2)		
3	يظهر استخدامه لإستراتيجيات منع الخلاف، وإدارته، وحله بطرائق صحية، ويحدد الأشخاص البالغين والأقران والمصادر المجتمعية التي قد تقدم المساعدة عند الحاجة.	(1-3-2-2)		
3	يحلل مواقفه السلوكية السابقة ويطور الطرائق الصحية، للتعبير عن احتياجاته ورغباته ومشاعره. (الربط مع المهارات اللغوية والصحة النفسية).	(1-1-2-2)	12	
3	يتقن المهارات الضرورية للتواصل بفعالية مع العائلة والرفاق والآخرين. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-2-2-2)		
3	يعزز العناية والرعاية الصحية والتعاطف والاحترام والمسؤولية نحو الآخرين دون تحيز أو سوء معاملة أو تمييز. (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-2-2-2)		
3	يظهر استخدامه لإستراتيجيات منع الخلاف، وإدارته، وحله بطرائق صحية، ويحدد الأشخاص البالغين والأقران والمصادر المجتمعية التي قد تقدم المساعدة عند الحاجة.	(1-3-2-2)		



## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يعدّد السلوكيات الصحية الشخصية مثل: (غسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والاعتماد على النفس في قضاء الحاجة، واستخدام المناديل، والتعبير عن المشاعر، واتخاذ قرارات بخصوص الطعام الصحي، والنشاطات البدنية اليومية).	(1-1-3-2)	KG	(2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
1	يحدّد السلوكيات اليومية التي يمكن أن تساعد على المحافظة على البيئة مثل: (العناية بالأشجار والزهور - عدم رمي النفايات، التدوير، ...إلخ).	(1-2-3-2)		
2	يعرض ممارسات صحية جيدة لتحسين الصحة الشخصية والمحافظة عليها.	(1-1-3-2)		
3	يلعب أدوارًا لتشجيع ودعم الآخرين في اتخاذ قرارات صحية إيجابية مثل: (أضرار الدهون والسكريات على الصحة...).	(1-2-3-2)		
	يحدّد مخاطر التدخين القصري أو السلبي على الصحة مثل: (السرطان والأمراض الأخرى).	(1-3-3-2)		
1	يحدد الأشخاص البالغين الموثوق بهم، والذين يحددون بأمان الدواء الذي يجب تناوله مثل: (أفراد العائلة، المعلمين...).	(2-3-3-2)	1	
3	يبدأ في المحافظة على البيئة مثل: (العناية بالأشجار والزهور - عدم رمي النفايات، التدوير، ...إلخ).	(1-4-3-2)		
1	يحدد بعض إجراءات الوقاية التي تساعد على تجنب الإصابات.	(1-5-3-2)		
2	يفسر لماذا يجب معالجة الإصابة والمرض بشكل مبكر.	(2-5-3-2)		
3	يصف البيئة الصحية والأمنة مثل: (أضرار الأجهزة الإلكترونية...).	(3-5-3-2)		
1	يعرّف ويشرح بعض سبل الوقاية من الأمراض المعدية مثل: (غسل اليدين، والابتعاد عن الأشخاص المصابين بالمرض). (الربط مع مادة العلوم والمهارات الحياتية).	(1-1-3-2)	2	
1	يحدد طرائق للدعوة والتأييد من أجل أفراد وعائلات ومدارس صحية. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة).	(1-2-3-2)		
2	يصف أساليب متنوعة لنقل المعلومات والمفاهيم والمهارات الصحية الدقيقة. (الربط مع المهارات اللغوية).	(2-2-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يحدّد الأدوية التي يتم شراؤها من دون وصفة طبية والأشخاص الموثوق بهم والذين يمكنهم إعطاء هذه الأدوية للأطفال مثل: (الأسبيرين، أدوية السعال، قطرة العين، ...إلخ). (الربط مع العلوم).	(1-3-3-2)	2	تابع/ (2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
3	يلعب دور الرفض لقبول منتجات يمكن أن تكون مؤذية مثل: (التبغ بجميع أشكاله، والأدوية). (الربط مع المهارات الحياتية).	(2-3-3-2)		
1	يحدد أسباب التلوث الهوائي وأثره على الصحة مثل: (زيادة عدد المصانع والورش الصناعية، وزيادة عدد المكائن والسيارات التي تنفث الأدخنة والمواد المسببة للتلوث). (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة والعلوم).	(1-4-3-2)		
1	يحدد أسباب تلوث المياه ويستنتج أثر ذلك على الصحة. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة والعلوم).	(2-4-3-2)		
2	يظهر معرفة بتأثير التدخين السلبي على الصحة.	(3-4-3-2)		
2	يشرح أهمية إعادة تدوير المواد، ويطبق خطة لممارسة التدوير. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة والعلوم).	(4-4-3-2)		
1	يحدد السلوكيات الشخصية التي تعزز الصحة.	(1-5-3-2)		
2	يتميز أعراض المرض التي يمكن رؤيتها وقياسها مثل: (الطفح وارتفاع درجة الحرارة) والأعراض التي لا يمكن رؤيتها إلا من خلال وصف المريض، مثل: (الألم). (الربط مع العلوم)	(1-1-3-2)		
2	يشرح بعض المؤشرات الدالة على السمنة مثل: (BMI ومحيط الوسط...). (الربط مع مادة العلوم).	(2-3-1-2)		
1	يحدّد منظمات المجتمع المدني التي تدعو إلى النهوض بالصحة بين الأفراد، والعائلات، والمجتمعات مثل: (الصحة المدرسية، هيئات الصحة، منظمة الصحة العالمية). (الربط مع المواطنة والدراسات الاجتماعية).	(1-2-3-2)	3	
1	يتعرف البدائل الغذائية الصحية من خلال مقارنات مكونات البطاقة الغذائية للأغذية.	(2-3-2-2)		
2	يقارن ويميّز بين طرائق متنوعة تهدف إلى تشجيع ودعم الآخرين على صنع خيارات صحية إيجابية. (الربط مع المواطنة).	(3-2-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يظهر رفضه لقبول منتجات يمكن أن تكون مؤذية مثل: (السجائر، والكحول، والأدوية).	(1-3-3-2)	3	تابع/(2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
2	يشرح لماذا يجب أن يكون الشخص الوحيد الذي يجب أن يتناول الدواء هو من تم وصفه له من قبل الطبيب على سبيل المثال: (الجرعة المناسبة لحجم الشخص، رد الفعل التحسسي، والتغير في معدل ضربات القلب،...إلخ). (الربط مع مادة العلوم والمهارات الحياتية).	(2-3-3-2)		
3	يقدم عرضًا للوحات حائط، أو كتابًا إلكترونيًا، أو بحثًا مصورًا، حول المخاطر المرتبطة بالتدخين، والمخدرات والأدوية التي لا يتم وصفها للشخص من قبل الطبيب مثل: (السرطان والأمراض الأخرى، وأمراض الحساسية، وإعاقة النمو). (الربط مع مادة العلوم ومهارات القرن الحادي والعشرين/التعلم الذكي).	(2-3-3-3)		
3	يعدُّ (بشكل فردي أو جماعي) إعلانات للخدمة العامة أو نشرات إعلامية حول أهمية إعادة التدوير، ويقترح خطة لتطبيق إعادة التدوير (باستخدام وسائل تكنولوجية). (الربط مع المواطنة ومهارات القرن الحادي والعشرين).	(1-4-3-2)		
2	يفسر العلاقة بين السلوكيات الصحية الإيجابية والوقاية من الإصابات والأمراض. (الربط مع مادة العلوم).	(1-5-3-2)		
2	يصف الأمراض المعدية والأمراض غير المعدية ويعطي أمثلة عليها: الأمراض غير المعدية (أمراض قلة الحركة: السمنة، السكري من النوع الثاني، هشاشة العظام..).	(1-1-3-2)		
3	يشجع ويدعم الآخرين في اتخاذ قرارات صحية إيجابية. (الربط مع المواطنة).	(1-2-3-2)	4	
3	يتعاون في العمل من أجل الدعوة للنهوض بالصحة بين الأفراد، والعائلات، والمدارس مثل: (مشروع النهوض بالصحة والسلوك الحضاري).	(2-2-3-2)		
1	يعرّف فوائد السلوكيات الخالية من المخدرات والكحول.	(1-3-3-2)		
2	يحلل ويشرح آثار المخدرات، والكحول والسجائر على الجسم مثل: (سرطان الرئة، وأمراض القلب، وفقدان الشهية، والعصبية...إلخ). (الربط مع المواطنة والمسؤولية المجتمعية).	(2-3-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يحدد الممارسات المؤذية التي تؤدي إلى تلوث البيئة وخطورتها على صحة الإنسان مثل: (الأنهار والبحار والمحيطات، والهواء والأرض). (الربط مع المواطنة).	(1-4-3-2)	4	
2	يقترح سبلًا لتنظيف البيئة، ويبيّن أثر ذلك على الصحة مثل: (المياه، والأرض، والهواء، ...إلخ). (الربط مع المواطنة).	(2-4-3-2)		
2	يقارن بين السلوكيات الآمنة (الإحماء والاسترخاء) ويتجنب السلوكيات الخطيرة أو المؤذية (الاجهاد والقلق) التي تزيد من احتمال حدوث الاصابات والأمراض. (الربط مع مادة المهارات الحياتية والعلوم).	(1-5-3-2)		
3	يطبق آليات آمنة أثناء أداء الأنشطة الرياضية للتقليل من الإصابات.	(2-3-5-2)		
1	يتذكر العلامات الرئيسة والأعراض للأمراض المعدية مثل: (الإنفلونزا، والالتهاب الرئوي الحاد، وحمى الضنك، وغيرها). (الربط مع العلوم).	(1-1-3-2)	5	تابع/ (2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
2	يعدّد الإجراءات العامة للوقاية من الأمراض مثل: (النظافة الشخصية، ونمط الحياة الصحي، والفحوصات الطبية المنتظمة). (الربط مع العلوم والمهارات الحياتية).	(2-1-3-2)		
2	يعرّف بعض الأمراض الوراثية بطبيعتها مثل: تلك التي تنتقل من خلال جينات الآباء مثل: (التلاسيميا، وفقر الدم الأنيميا). (الربط مع العلوم).	(3-1-3-2)		
3	يعدّد حججًا مقنعة مبنية على معلومات صحية دقيقة مثل: (الإعلانات) من أجل الدعوة، لتبني سلوكيات صحية ومقارنتها مع السلوكيات غير الصحية. (الربط مع المواطنة - المسؤولية المجتمعية - التفكير الابداعي).	(1-2-3-2)		
2	يقارن ويميّز فوائد السلوكيات الخالية من الكحول ومن المخدرات والسلوكيات المسيئة. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-3-3-2)		
3	يصمم (بشكل فردي أو من خلال العمل مع فريق) الإعلانات لخدمة المجتمع مثل: (العروض التقديمية، أو لوحات الحائط، أو المعارض، أو المواقع الإلكترونية)، حول مخاطر المخدرات، والكحول، والتبغ على الجسم مثل: (سرطان الرئة، متلازمة الكحول الجنينية، وزيادة العضلات، وفقدان الشهية العصبي...إلخ) ويفسر العلاقة ما بين نقص فيتامين د، والأمراض. (الربط مع مهارات القرن الحادي والعشرين والمواطنة).	(2-3-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يشرح أهمية التقليل من النفايات وإعادة التدوير للمواد المستهلكة للمحافظة على البيئة. (الربط مع المواطنة والعلوم).	(1-4-3-2)	5	تابع/ (2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
2	يعطي أمثلة على إصابات وأمراض سببها التلوث البيئي مثل: (صعوبات التنفس، الربو، فقدان حاسة السمع، وغير ذلك). (الربط مع التربية البيئية والمواطنة والعلوم).	(2-4-3-2)		
2	يقارن بين السلوكيات الآمنة والسلوكيات الخطيرة أو المؤذية للوقاية من الإصابات والأمراض.	(1-5-3-2)		
2	يفسر كيف أن اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة تساعد على الوقاية من الأمراض.	(2-5-3-2)		
1	يتعرف أسباب وطرائق العدوى، وطرائق الوقاية للأمراض الشائعة مثل: (الإنفلونزا، الحصبة، والملاريا، وفيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)، السكري من النوع الثاني، هشاشة العظام). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-3-2)	6	
1	يتعرف دور جهاز المناعة في الجسم في مقاومة الأمراض وتعزيز الشفاء. (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-3-2)		
1	يتعرف دور النوم الصحي في تعزيز المناعة. (الربط مع مادة العلوم).	(3-1-3-2)		
1	يعرف الآثار الفسيولوجية والنفسية للتدخين وتناول الكحول وغيرها من المخدرات على الفرد. (الربط مع مادة العلوم).	(1-2-3-2)	7	
2	يحلل العوامل التي تؤثر في الشخص عند تناول الكحول أو المخدرات، أو التدخين. (الربط مع مادة العلوم).	(2-2-3-2)		
1	يعدد العوامل التي تؤثر في الصحة البيئية. (الربط مع مادة الدراسات الاجتماعية والمواطنة).	(1-3-3-2)		
1	يحدد طرائق للتقليل من تلوث الهواء مثل: (المشي أو استخدام وسائل النقل العامة بدلاً من السيارات).	(2-3-3-2)	7	
2	يفسر كيف يمكن لنمط الحياة الصحي الملائم أن يحمي من الموت المبكر والأمراض غير المعدية (الإعاقات الجسدية، هشاشة العظام...).	(1-4-3-2)		
1	يعرف العلامات الرئيسة والأعراض للأمراض غير المعدية مثل: (سرطان القولون، وأمراض القلب التاجية، والسكري، وغيرها). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يعرف أخطار استخدام الأدوية في إنقاص الوزن.	(1-2-3-2)	7	تابع/ (2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
1	يتذكر أسماء الأدوية الشائعة، وأثرها المتوقع على الجسم مثل: (الأسبيرين يخفف ألم الصداع ولكنه يزعج المعدة). (الربط مع علم الكيمياء)	(2-2-3-2)		
2	يشرح المحتويات النشطة في الكثير من الأدوية الشائعة وأثرها على الجسم مثل: (شراب السعال، والأسبيرين، وغيرها). (الربط مع علم الكيمياء).	(3-2-3-2)		
3	يشجّع ويدعم الآخرين مثل: الأشخاص المصابين بمرض نقص المناعة البشرية (الإيدز) والسكري، والسرطان في اتخاذ قرارات صحية إيجابية مثل: (مشروع خدمة التعلم).	(4-3-2-4)		
3	يبين خريطة منظمات المجتمع التي تدعو للنهوض بالصحة للأفراد والعائلات والمجتمع ويظهر بيانياً الخدمات التي تقدمها. (الربط مع التربية الوطنية/المواطنة والتعلم الإلكتروني).	(5-2-3-2)		
1	يحدّد القضايا المرتبطة بتلوث الأرض، والصحة البيئية والغذاء مثل: (النقص في المياه النظيفة، ونقص المواد الغذائية في التربة، والأسمدة،... إلخ). (الربط مع العلوم والمسؤولية المجتمعية).	(1-3-3-2)		
3	يقدم حلولاً للقضايا المرتبطة بتلوث الأرض، والصحة البيئية والغذاء مثل: (تناول الطعام العضوي، قراءة البطاقة الغذائية وتفسير محتوياتها، وغير ذلك). (الربط مع والمسؤولية المجتمعية).	(2-3-3-2)		
2	يميز بين السلوكيات الآمنة والخطرة والمؤذية التي تؤثر عليه شخصياً أو على الآخرين. (الربط مع المهارات الحياتية والعلوم).	(1-4-3-2)		
3	يطبق السلوكيات الآمنة لتحسين الصحة الشخصية والعائلية والمحافظة عليها. (الربط مع مادة العلوم).	(2-4-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يجمع معلومات عن أسباب الأمراض الشائعة، وطرائق العدوى، والوقاية منها مثل: (الإنفلونزا، والحصبة، والملاريا، وفيروس نقص المناعة البشرية). (الربط مع مادة العلوم).	(1-1-3-2)	8	تابع/(2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
3	يبين من خلال الرسم دور جهاز المناعة في الجسم في مقاومة الأمراض وتعزيز الشفاء. (الربط مع مادة العلوم).	(2-1-3-2)		
1	يتعرف المكونات الكيميائية الموجودة في الأدوية الشائعة. (الربط مع مادة الكيمياء).	(1-2-3-2)		
1	يتعرف المخاطر المرتبطة مع بعض المكونات الكيميائية الموجودة على ملصقات الأدوية الشائعة على سبيل المثال: (زيادة معدل ضربات القلب، والدوخة، والغثيان، وما إلى ذلك).	(2-2-3-2)		
2	يستكشف تأثير المنشطات على الجسم مثل: (الهرمونات البنائية، الأحماض الأمينية، المكملات الغذائية). (الربط مع مهارات اللغوية والتعلم الذكي في القرن 21).	(3-2-3-2)		
3	يلخص بدقة المعلومات والمفاهيم والمهارات الصحية باستخدام أسلوب البحث عن المعلومات مثل: (المواقع الإلكترونية والإعلانات، والنشرات، وأشكال الوسائط المتعددة، وغيرها). (الربط مع مهارات اللغوية والتعلم الذكي في القرن 21).	(4-2-3-2)		
3	يتبنى موقفًا من أجل صحة المجتمع على سبيل المثال: (مكافحة الربو والإنفلونزا، ونقص فيتامين د) باستخدام معلومات دقيقة من خلال العرض التقديمي، أو المعارض، أو المقالات المقنعة، أو غير ذلك. (الربط مع البحث الاستقصائي والتعلم الإبداعي).	(5-2-3-2)		
1	يحدّد العوامل التي تؤثر على الصحة البيئية والصحة الشخصية مثل: (الاستخدام غير المنظم للمبيدات الحشرية). (الربط مع المواطنة والتربية البيئية).	(1-3-3-2)		
1	يحدّد المواد الكيماوية التي تسبب تلوث الهواء وأثرها على الصحة الشخصية مثل: (المواد الكيماوية المستخدمة في الحروب). (الربط مع المواطنة والعلوم).	(2-3-3-2)		
1	يحدّد المواد الكيماوية التي تتسبب في تلوث المياه وأثرها على الصحة مثل: (المواد الكيماوية المستخدمة في معالجة المياه وأثرها على الحياة البحرية، وإعادة مياه الصرف). (الربط مع المواطنة والعلوم).	(3-3-3-2)		



## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يفحص ويطبق تقنيات آمنة لتقليل الإصابات والحماية من الأمراض. (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-4-3-2)	8	تابع/ (2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
3	يحلل الطرائق التي تؤثر بها البيئة في الصحة المجتمعية. (الربط مع المواطنة والتربية البيئية).	(2-4-3-2)		
1	يعرّف المشاكل الصحية والأمراض التي يمكن الوقاية منها أو معالجتها مبكرًا مثل: (السمنة، السكري من النوع الثاني، أمراض القلب، هشاشة العظام). (الربط مع العلوم).	(1-1-3-2)	9	
2	يعرّف مصطلحات الأمراض المعدية والأمراض غير المعدية ويحدد الطرائق للمساعدة في الوقاية من الأمراض مثل: (فيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)، والسكري، والسرطان، وأمراض القلب). (الربط مع العلوم).	(2-1-3-2)		
1	يحدّد مصادر المعلومات والمفاهيم والمهارات الصحية التي تقدم معلومات صحية دقيقة مبنية عن البحث مثل: (المواقع الإلكترونية والإعلانات، والنشرات، وأشكال الوسائط المتعددة، وغيرها). (الربط مع التعلم الإلكتروني الذكي ومهارات القرن 21).	(1-2-3-2)		
2	يتعاون في العمل من أجل الدعوة لمجتمعات صحية مثل: (الأشخاص الذين لا تتوفر لهم مصادر مياه صحية، وإمكانية الوصول إلى الرعاية الطبية، وغيرها). (الربط مع مادة العلوم الاجتماعية، والعمل المجتمعي).	(2-2-3-2)		
3	يشرح سبب تأثير بعض المكونات الكيميائية المرتبطة مع الأدوية الشائعة على الجسم مثل: (زيادة ضربات القلب، والدوخة، والغثيان، وتخفيف الآلام، وغير ذلك). (الربط مع العلوم).	(3-2-3-2)		
1	يحدّد طرائق التقليل من الضوضاء أو القضاء عليها مثل: (استخدام سماعات الأذن عند الاستماع للموسيقى)، وتلوث المياه، والهواء، والأرض مثل: (التقليل من النفايات وإعادة التدوير) وأهمية القيام بذلك. (الربط مع المواطنة والمسؤولية المجتمعية).	(1-3-3-2)		
3	يعطي أولوية للسلوكيات الصحية التي هو مسؤول عنها مثل: (التقليل من ساعات الجلوس أمام الأجهزة الإلكترونية). (الربط مع المهارات الحياتية).	(1-4-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يناقش ويقيم أسباب، وطرائق العدوى، والأعراض، وأساليب الوقاية من الأمراض المعدية وغير المعدية مثل: (مرض نقص المناعة البشرية (الإيدز)، والسكري، والسرطان وأمراض القلب).	(1-1-3-2)		تابع/ (2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
2	يصف ارتباط مسببات المرض مع تاريخ العائلة، والقرارات الفردية، وعوامل الخطر مع مسببات الأمراض والمشاكل الصحية الأخرى وطرائق الوقاية منها.	(2-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعاباً للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
3	يحلل مدى تأثير السلوكيات الآمنة في المحافظة على الصحة والوقاية من الأمراض مثل: (يفسر العلاقة ما بين السهر والأمراض وما بين الخمول وأمراض قلة الحركة المزمنة غير المعدية).	(3-1-3-2)		
3	يشترك مع الآخرين في تنظيم حملات تعزز الرعاية والاحترام والاهتمام بالعائلات مثل: (الأشخاص المصابين بمرض نقص المناعة البشرية (الإيدز)، والسكري، والسرطان). (الربط مع مادة الدراسات الاجتماعية).	(1-2-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	
3	ينظم من خلال العمل ومع فريق حملات، أو مناسبات، أو ينشئ مواقع إلكترونية حول مخاطر التدخين، والكحول، وتعاطي المخدرات ومشروبات الطاقة والهرمونات البنائية والمنشطات على الجسم.	(2-2-3-2)		
2	يحدّد العوامل التي تشكل قضية صحية عامة، ويميز بين الوباء وبين الأمراض الموسمية.	(1-3-3-2)		
2	يختبر آثار تلوث الهواء على الكائنات الحية ويحدد طرائق الوقاية.	(2-3-3-2)		
3	يقرر ما إذا كانت المياه ملوثة أم لا من خلال الملاحظة واستخدام التكنولوجيا وفحص أثرها على الكائنات الحية. (الربط مع العلوم).	(3-3-3-2)	(3-3-2): يظهر وعياً بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	
3	يقترح خطة لتقليل من النفايات، وإعادة استخدام المواد، وإعادة التدوير وينفذها.	(4-3-3-2)		
3	يحلل حالته الصحية الشخصية، لتحديد تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية في الأجواء الحارة والرطوبة والصيام والدورة الشهرية.	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر فهماً لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
3	يصمم برامج لياقة بدنية لتعزيز الصحة تتضمن عوامل الأمان والسلامة لتجنب الإصابات.	(2-4-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يقيم مدى أهمية سياسات الصحة العامة والتدابير الحكومية وقدرتها في التأثير على تحسين الصحة والوقاية من الأمراض.	(1-1-3-2)	11	تابع/(2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
2	يحلل مدى تأثير الأبحاث والتقدم الطبي على الوقاية من الأمراض والسيطرة على المشاكل الصحية.	(2-1-3-2)		
3	يستخدم ويقيم إستراتيجيات مناسبة لتعزيز الرفاهية، وتأخير ظهور المرض والتقليل من مخاطر المشاكل الصحية خلال مراحل العمر المتقدمة.	(3-1-3-2)		
1	يحدّد مصادر المعلومات الدقيقة المبنية على البحث عن الصحة العالمية مثل: (المواقع الإلكترونية، والإعلانات، والنشرات، والإعلام،... إلخ). (الربط مع مادة الدراسات الاجتماعية).	(1-2-3-2)		
2	يربط بين المكونات النشطة الموجودة في الأدوية الشائعة مع الآثار الإيجابية المرغوبة والآثار السلبية للدواء. (ربط مع مادة الكيمياء).	(2-2-3-2)		
2	يحلل الحملات التسويقية لأدوية متنوعة مثل: (أمراض القلب، تخفيف الوزن، الهرمونات البنائية، نمو الشعر،... إلخ).	(3-2-3-2)		
3	يحلل آثار التدخين والكحول على الجنين والأطفال في مرحلة النمو ويكتب تقرير.	(4-2-3-2)		
3	يحلل الوثائق الحالية حول الخطط المحلية والعالمية للقضاء على الأوبئة والأمراض الموسمية مثل: (الملاريا والتهاب السحايا والأنفلونزا،... إلخ). (الربط مع مادة العلوم الاجتماعية واللغوية).	(1-3-3-2)		
3	يحلل نتائج الجهود المبذولة المحلية والعالمية في المجال البيئي من أجل المحافظة على الصحة البيئية مثل: (تكرير المياه، ومعالجة مياه الصرف الصحي،... إلخ).	(2-3-3-2)		
3	يتعرف آثار ملوثات متنوعة، والمبيدات الحشرية والتزايد السكاني على المحاصيل والمصادر الغذائي. (الربط مع مادة الدراسات الاجتماعية واللغوية).	(3-3-3-2)		
3	يحلل حالته الصحية الشخصية لتحديد الاحتياجات حسب الأولوية.	(1-4-3-2)	11	تابع/(4-3-2): يظهر فهمًا لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.
3	يصمم وينفذ برامج لياقة بدنية باتباع عوامل الأمن والسلامة لتجنب الإصابات.	(2-4-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
3	ينشئ سجلًا صحيًا شخصيًا ويضمنه إستراتيجيات مناسبة لتعزيز الرفاه في المستقبل، وتأخير ظهور المرض والتقليل من مخاطر المشاكل الصحية خلال مراحل العمر المتقدمة.	(1-1-3-2)		تابع/ (2-3): الأمراض، والاضطرابات، والإصابات، والصحة البيئية
3	يجري أبحاثًا، ويحلل العوامل التي تزيد من خطر الإصابة بالأمراض المعدية والأمراض غير المعدية مثل: (فيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)، والأمراض التي تنتقل عبر الاتصال الجنسي، والسكري، والسرطان، وأمراض القلب، والتهاب الكبد).	(2-1-3-2)	(1-3-2): يظهر استيعابًا للمفاهيم المرتبطة بتحسين الصحة، والوقاية من الأمراض، والاضطرابات والتشوهات.	
2	يظهر فهمًا لأهمية الساعة البيولوجية والإيقاع الحيوي للنوم وتناول الطعام لتعزيز الصحة	(1-2-3-2)		
3	يشترك مع الآخرين من أجل تنظيم حملات تعزز الرعاية والمراعاة والاهتمام بالعائلات مثل: (مشروع خدمة التعلم). (الربط مع مادة الأحياء).	(2-2-3-2)		
3	يعد ملفًا طبيًا شخصيًا يتضمن معلومات عن الأدوية التي يثبت ضررها على المتعلم مثل: (الآثار الجانبية، الحساسية،... إلخ) وأيضًا تلك التي يبدو أن لها أثرًا إيجابيًا مثل: (الأسبيرين لتخفيف ألم الصداع).	(3-2-3-2)	(2-3-2): يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية، والعائلية، والمجتمعية.	
3	يقنع الآخرين بالمخاطر أو الآثار الجانبية لبعض المخدرات والأدوية. (الربط مع المهارات اللغوية).	(4-2-3-2)		
3	يستكشف وسائل بديلة للصحة والعافية بدلًا من اللجوء للأدوية مثل: (أخذ غفوة لتخفيف الضغط مقابل تناول الأسبرين، وتخطيط الوقت بشكل مناسب مقابل تناول حبوب الكافيين للبقاء مستيقظًا،... إلخ).	(5-2-3-2)		
3	يتبنى موقفًا عن الصحة على سبيل المثال: (البدانة، السكري، المياه النظيفة، الكائنات المعدلة وراثيًا، وغيرها) باستخدام معلومات دقيقة من خلال عرضًا تقديميًا، أو معرضًا، أو بحثًا مقنعًا، أو غير ذلك. (الربط بمادة الأحياء).	(6-2-3-2)		
3	يعد خطة لتوفير معلومات للعامة حول قضية صحية (في حالة إنتشار مرض موسمي).	(1-3-3-2)	(3-3-2): يظهر وعيًا بالمفاهيم والعوامل المرتبطة بالصحة البيئية.	
3	يحدد المنظمات المختلفة التي تضع السياسات وخطط العمل المتعلقة بقضايا الصحة البيئية العامة مثل: (منظمة الصحة العالمية).	(2-3-3-2)		
3	يستخدم مهاراته وأدوات لتحليل الحالة الصحية الشخصية وتحديد احتياجاته مثل: (مقياس كتلة الجسم، والجدول، وأشرطة القياس لتحديد محيط الوسط... إلخ).	(1-4-3-2)	(4-3-2): يظهر فهمًا لكيفية تجنب الإصابات أو التقليل منها عبر ممارسة سلوكيات آمنة.	
3	يقنع الآخرين بالاشتراك في سلوكيات آمنة بدلًا من السلوكيات الخطرة والمؤذية التي تضر المجتمع.	(2-4-3-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يبدأ بمناقشة طرائق الحصول على المعلومات المتعلقة بنمو الإنسان وتطوره من أفراد العائلة، والعاملين في المدرسة، والمختصين في الصحة وآخرين من الأشخاص البالغين المسؤولين.	(1-1-4-2)	1	(2-4): الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة.
3	يبحث عن المعلومات الصحية من الأشخاص البالغين الموثوقين مثل: (القضايا العامة في الصحة والسلامة، الأدوار والمسؤوليات للمساعدين في المجتمع، والاتصال الهاتفي بأرقام الطوارئ، وطلب المساعدة من رجال الإطفاء أو ضباط الشرطة).	(2-1-4-2)		
1	يتعرف وسائل الإعلام والتكنولوجيا في التأثير على حياته.	(1-2-4-2)		
2	يحدد الهدف الصحي مثل: (أهمية النوم المبكر، تناول الحليب والماء والخضراوات والفواكه).	(1-3-4-2)		
1	يظهر القدرة على اتخاذ قرارات لتعزيز الصحة (عدد ساعات النوم اليومية، كمية الحليب اليومية).	(1-4-4-2)		
1	يحدد الأشخاص البالغين الذين يمكنهم المساعدة في اتخاذ القرارات المتعلقة بالصحة مثل: (أفراد العائلة، المعلمين...).	(2-4-4-2)	2	(4-4): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.
1	يحدد طرائق الحصول على معلومات حول نمو الإنسان وتطوره من العائلة، والعاملين في المدرسة، والمختصين في الصحة.	(1-1-4-2)		
3	يلعب أدواراً تتمثل في طلب وإعطاء معلومات مع الأشخاص البالغين الموثوقين مثل: (القضايا العامة في الصحة والسلامة، الأدوار والمسؤوليات للمساعدين في المجتمع، والاتصال الهاتفي بأرقام الطوارئ، وطلب المساعدة من رجال الإطفاء أو ضباط الشرطة).	(2-1-4-2)		
2	يحدد كيف يمكن للعائلات أن تؤثر على الصحة الشخصية، ويناقش دوره ودور والديه في العائلة وعلى سبيل المثال: (دور العائلة في اختيار الأطعمة الصحية) - دوره في تناول الأطعمة الصحية والابتعاد عن الأغذية غير الصحية، ويعددها مثل: (الوجبات السريعة، الأغذية السكرية). (الربط مع مادة التربية الوطنية/المواطنة).	(1-2-4-2)		
3	يبدأ في وضع أهداف بسيطة من أجل تعزيز الصحة مثل: (المحافظة على مواعيد النوم والاستيقاظ وتحديد ساعات ممارسة الأنشطة البدنية، تقنين ساعات الخمول البدني، الجلوس على الأجهزة الإلكترونية...). (الربط مع مادة المهارات الحياتية ومهارات القرن 21).	(1-3-4-2)		
3	يتخذ قرارات لتعزيز الصحة. (الربط مع مادة المهارات الحياتية ومهارات القرن 21)	(1-4-4-2)	(4-4): يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.	

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يحدد طرائق الحصول على معلومات حول نمو الإنسان وتطوره من العائلة، والعاملين في المدرسة، والمختصين في الصحة وآخرين من البالغين المسؤولين.	(1-1-4-2)	3	تابع/ (2-4): الوصول إلى المعلومات والموارد الصحية
2	يظهر معرفته لمكونات البطاقة الغذائية.	(2-1-4-2)		
2	يدرس أثر الإعلام والتكنولوجيا على حياته.	(1-2-4-2)		
3	يظهر القدرة على وضع الأهداف من أجل تعزيز الصحة مثل: (النوم، تناول الماء، الخضراوات والفواكه، اضرار المشروبات الغذائية والوجبات السريعة).	(1-3-4-2)		
3	يبدأ بالاستقلال في اتخاذ قرارات لتعزيز الصحة. (ربط مع مهارات القرن 21).	(1-4-4-2)		
2	يحدد مواقع مصادر المعلومات، والمنتجات والخدمات الصحية الموثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع ويستخدمها.	(1-1-4-2)		
2	يفسر مكونات البطاقة الغذائية.	(2-1-4-2)		
2	يشرح كيف تؤثر الإعلانات التجارية في الصحة.	(3-1-4-2)		
2	يشرح كيف تؤثر العائلة والمدرسة والأقران على الصحة الشخصية.	(1-2-4-2)		
2	يكتشف كيف يؤثر الإعلام والتكنولوجيا على سلوكياته الشخصية والصحية. (الربط مع المهارات الحياتية ومهارات القرن 21).	(2-2-4-2)		
3	يحدد خطوات بسيطة لوضع الأهداف من أجل تعزيز الصحة مثل: (ممارسة الأنشطة البدنية، تناول وجبة الإفطار، الابتعاد عن الوجبات السريعة).	(1-3-4-2)		
3	يطبق عملية اتخاذ قرارات لتعزيز الصحة.	(1-4-4-2)		
3	يتعرف الطرائق الآمنة للحصول على المعلومات الطبية الدقيقة حول الثقافة الجسدية الشاملة من العائلة، والمعلمين. (الربط مع مهارات القرن 21 ومهارات البحث والاستقصاء).	(1-1-4-2)		
2	يحلل تأثير العائلة والمدرسة والأقران السلبي والإيجابي على الصحة الشخصية. (الربط مع المهارات الحياتية ومهارات القرن 21 والتفكير الناقد).	(1-2-4-2)		
3	يحدد خطوات عملية لوضع الأهداف من أجل تعزيز الصحة مثل: (المحافظة على الوزن، ممارسة الأنشطة البدنية).	(1-3-4-2)		
3	يشجع على اتخاذ قرارات لتعزيز الصحة مثل: (تناول الاطعمة الصحية....).	(1-4-4-2)		



## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
3	يحلل موثوقية الإعلانات وكلفة المنتجات والخدمات الصحية حول العالم مثل: (الادعاءات بفوائد الأسبرين وكلفته في مواقع مختلفة). (الربط مع مهارات القرن 21 ومصادر التعلم الالكتروني).	(1-1-4-2)	6	تابع/(2-4): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية
2	يصف العوامل التي يمكن أن تؤثر في اختيار المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية.	(1-2-4-2)		
2	يدرس أثر المعتقدات العائلية والثقافية على الصحة والسلوكيات الشخصية.	(2-2-4-2)		
3	يشجع على وضع الأهداف من أجل تعزيز الصحة.	(1-3-4-2)		
2	يصف ويحلل أثر القرارات المتعلقة بالصحة بالرجوع إلى أفراد من العائلة أو المدرسة أو المجتمع.	(1-4-4-2)		
3	يتخذ قرارات لتعزيز الصحة بالتعاون في صنع القرار مثل: (مواعيد النوم الصحي وعدد ساعات النوم الليلي، وعدد الحصص الغذائية في النظام الغذائي اليومي حسب الطبق أو الهرم الغذائي). (الربط مع مادة العلوم).	(2-4-4-2)		
3	يظهر القدرة على الحصول على المعلومات الطبية الدقيقة في التربية الجسدية الشاملة وفي النمو والتطور، من مصادر موثوقة مثل: (الأسرة، والعاملين في المدرسة، وأختصاصي الصحة، ومسؤولين آخرين من البالغين).	(1-1-4-2)	7	
1	يحدد كيف يمكن أن يؤثر الإعلام على الرسائل التي ربما يستقبلها الفرد حول صورة الجسد.	(1-2-4-2)		
3	يستقل في وضع أهداف طويلة المدى وقصيرة المدى لتعزيز الصحة.	(1-3-4-2)		
3	يتخذ قرارات لتعزيز الصحة من خلال التعاون في صنع القرار.	(1-4-4-2)		
3	يظهر القدرة في الحصول على المعلومات الطبية الدقيقة عن التربية الجسدية الشاملة وعن النمو والتطور، من مصادر موثوقة مثل: (الأسرة، والعاملين في المدرسة، وأختصاصي الصحة، ومسؤولين آخرين من البالغين).	(1-1-4-2)		
2	يقارن ويميز أثر العائلة والأقران والمعتقدات الثقافية على صحة المراهقين.	(1-2-4-2)		
2	يفسر كيف يمكن أن يؤثر الإعلام على الرسائل التي ربما يستقبلها الفرد حول صورة الجسد.	(2-2-4-2)	8	
3	يفسر كيف يمكن للأهداف أن تتغير وفق القدرات والمسؤوليات والأولويات.	(1-3-4-2)		
3	يتخذ القرارات لتعزيز الصحة.	(1-4-4-2)		
3	يظهر القدرة على استخدام مهارات اتخاذ القرار لتعزيز الصحة.	(4-4-4-2)		



## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يحصل على المصادر التي توفر المعلومات والخدمات الصحية الموثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع وقيّمها لنفسه وللآخرين. (الربط مع التعلم الالكتروني والبحث والاستقصاء).	(1-1-4-2)	9	تابع/ (2-4): الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية
1	يقدر أثر العائلة والثقافة والإعلام والرسائل الاجتماعية على أفكار الفرد ومشاعره وقيمه وسلوكياته المتصلة بصورة الجسد. (الربط مع التفكير الناقد والبحث والاستقصاء).	(1-2-4-2)		
2	يحدد تطبيقات تكنولوجية متنوعة، وإستراتيجيات ومهارات حل المشكلة عند اتخاذ القرار بوضع أهداف لتعزيز الصحة. (الربط مع التعلم الذكي والمهارات الحياتية).	(1-3-4-2)		
3	يدرس أثر القرارات التي يتخذها لتعزيز الصحة ويعدها عند الضرورة. (الربط مع التفكير الناقد والبحث والاستقصاء).	(1-4-4-2)		
2	يقيم موثوقية المعلومات المقدمة لفئات عمرية مختلفة وكلفة المنتجات والخدمات مثل: (الإعلانات التي تستهدف الأطفال، والمعلومات المقدمة للمراهقين،... إلخ).	(1-1-4-2)	10	
2	يحلل معلومات طبية دقيقة حول الثقافة الجسدية الشاملة من مصادر متنوعة.	(2-1-4-2)		
2	يحلل كيف تثرى العائلة والتنوع الثقافي السلوكيات الشخصية الصحية وتؤثر فيها.	(1-2-4-2)		
2	يحلل أثر العائلة والثقافة والإعلام والرسائل الاجتماعية على أفكار الفرد ومشاعره وقيمه وسلوكياته المتصلة بالجسد.	(2-2-4-2)		
3	يحلل أثر الإعلام على سلوكيات الفرد وقراراته من حيث صلتها بصورة الجسد.	(3-2-4-2)		
2	يبدأ بتحليل إيجابيات وسلبيات المؤثرات الداخلية والخارجية من أجل تبني سلوكيات صحية إيجابية.	(1-3-4-2)		
3	يبدأ بعرض استخدامات مختلفة لأنواع التكنولوجيا، والإستراتيجيات، ومهارات حل المشكلة عند اتخاذ القرار بوضع أهداف لتعزيز الصحة.	(2-3-4-2)		
2	يتنبأ بالأثر الفوري وطويل المدى للقرارات المتعلقة بالسلوكيات الصحية على الفرد والعائلة والمجتمع.	(1-4-4-2)	11	
2	يقيم المصادر التي توفر معلومات وخدمات صحية موثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع لنفسه وللآخرين.	(1-1-4-2)		

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
2	يظهر فهمًا بأن التقدم العلمي التكنولوجي يساعده على التحكم في صحته ورفاهيته مثل: (المواد الطبية الصيدلانية، والجراحة التجميلية).	(1-2-4-2)	11	تابع/ (2-4): الوصول إلى المعلومات والموارد الصحية
2	يظهر فهمًا للقضايا الأخلاقية التي تظهر بسبب استخدام التكنولوجيا في صناعات الصحة واللياقة البدنية.	(2-2-4-2)		
3	يقيم المعلومات المتعلقة بالصحة والرفاهية من وسائل الإعلام عن التحيزات، على سبيل المثال إضفاء طابع جذاب للتدخين في (الأفلام)، وتعزيز دور نماذج غير واقعية في (المجلات).	(3-2-4-2)		
2	يحلل إيجابيات وسلبيات المؤثرات الداخلية والخارجية من أجل تبني سلوكيات صحية إيجابية.	(1-3-4-2)		
3	يستخدم التكنولوجيا في تطبيق إستراتيجيات متنوعة تساعده على اتخاذ القرار بوضع أهداف لتحسين الصحة.	(2-3-4-2)		
2	يصف ويحلل كيف أن القرارات المتعلقة بالصحة تتأثر باستخدام مصادر معلومات من العائلة أو المدرسة أو المجتمع.	(1-4-4-2)		
3	يبحث فيما إذا كانت المعلومات الطبية الدقيقة عن التربية الجسدية الشاملة من العائلة، والعاملين في المدرسة، واختصاصي الصحة، ومسؤولين آخرين من البالغين تلبى معيار الدقة.	(1-1-4-2)		
1	يظهر فهمًا بأن خيارات نمط حياة الفرد يمكن أن تؤثر في الآخرين مثل العائلة والمجتمع.	(1-2-4-2)		
2	يقيم دور التكنولوجيا في مساعدتنا على التحكم في صحتنا وعافيتنا مثل: (المواد الصيدلانية، والجراحة التجميلية وعملية ربط المعدة).	(2-2-4-2)		
2	ينظر في القضايا الأخلاقية التي تظهر بسبب استخدام التكنولوجيا في صناعات الصحة واللياقة البدنية.	(3-2-4-2)		
3	يشجع استخدام أو تصميم تطبيقات تكنولوجية متنوعة، وإستراتيجيات ومهارات حل المشكلة عند اتخاذ قرار وضع أهداف لتعزيز الصحة.	(1-3-4-2)		
3	يظهر إستراتيجيات متنوعة عند اتخاذ قرارات متعلقة بتعزيز الصحة.	(1-4-4-2)	12	

## تابع/المعايير ونواتج التعلم بحسب المحور: (2) المجال التربوية الصحية:

م	نواتج التعلم	المعيار	الصف	المحور
1	يستعرض إعلانات التوظيف للمختصين العاملين في مجال اللياقة البدنية والصحة. (1-1-5-2)		5	(2-5): الجامعة والاستعداد للمهنة
1	يعدد مهناً متنوعة في مجال اللياقة البدنية والصحة. (2-1-5-2)			
1	يظهر فهماً للمؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة. (1-1-5-2)		6	
3	يحدد المواقع التي يتم فيها توظيف المختصين باللياقة البدنية والصحة. (2-1-5-2)			
2	يظهر فهماً بالمؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة. (1-1-5-2)		7	
3	يقنع (شفوياً و/أو كتابياً) باستخدام وسائل الإعلام المختلفة) بالحاجة إلى مختصين في مجال اللياقة البدنية والصحة. (2-1-5-2)			
2	يوضح بالرسم البياني الاتجاهات المحتملة في التوظيف في مجال اللياقة البدنية والصحة. (ربط مع مادة الرياضيات). (1-1-5-2)		8	
3	يحدد المؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة باستخدام (وسائل الإعلام، والمقابلات... إلخ). (2-1-5-2)	(1-5-2): يتمكن من الوصول إلى معلومات عن المهن في مجال الصحة واللياقة، ويظهر فهمه للتأهيل والشهادات المطلوبة لهذه المهن.		
3	يقدم استنتاجات حول أثر البيانات على تقييم الحاجة إلى اللياقة البدنية والخدمات الأخرى المتعلقة بالصحة في مجتمع ما. (1-1-5-2)		9	
3	يحدد المواقع التي تحتاج إلى مختصين بالصحة واللياقة البدنية في مجتمعات مختلفة لديها نقص في خدمات عديدة. (2-1-5-2)			
2	يقارن ويميز بين مختلف الوظائف في مجال اللياقة البدنية والصحة مثل: (اختصاصي التغذية، اختصاصي اللياقة البدنية - اختصاصي العلاج الطبيعي). (1-1-5-2)		10	
3	يجري بحثاً عن الوظائف المتوفرة في قطاع الرياضة والصحة وسلم الرواتب للموظفين. (2-1-5-2)			
1	يعدد المهارات والمؤهلات الضرورية للمهن في اللياقة البدنية والصحة. (1-1-5-2)		11	
1	يحدد الاتجاهات في مجال اللياقة البدنية والصحة، ويلاحظ الأماكن التي يحتمل فيها وجود وظائف. (1-1-5-2)		12	



# التربية البدنية والصحية

معايير الأداء بحسب الصف



## معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (k):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية	يظهر الحد الأدنى من التنسيق في واحدة أو إثنان من المهام الحركية البسيطة.	يظهر تنسيقًا في واحدة أو إثنين من المهام الحركية البسيطة والكبرى.	يظهر تنسيقًا في أكثر من إثنين من المهام الحركية البسيطة والكبرى باستخدام التحكم والتوازن والقوة في الحركة.	يظهر تنسيقًا واضحًا في أكثر من إثنين من المهام الحركية البسيطة والكبرى باستخدام التحكم والتوازن والقوة والتوافق في الحركة.
اللياقة البدنية	يظهر فهمًا محدودًا بأن للأنشطة البدنية المختلفة تأثيرات مختلفة في الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس) تجعل من دقات القلب والتنفس سريعة جدًا، أو سريعة، أو بطيئة على التوالي) بمساعدة المعلمة.	يظهر فهمه بأن للأنشطة البدنية المختلفة تأثيرات مختلفة في الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس) تجعل من دقات القلب والتنفس سريعة جدًا، أو سريعة، أو بطيئة على التوالي) ويعطي أمثلة لذلك بمساعدة المعلمة.	يظهر فهمه بأن للأنشطة البدنية المختلفة تأثيرات مختلفة في الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس) تجعل من دقات القلب والتنفس سريعة جدًا، أو سريعة، أو بطيئة على التوالي) ويعطي أمثلة لذلك بمساعدة المعلمة.	يظهر فهمه بأن للأنشطة البدنية المختلفة تأثيرات مختلفة في الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس) تجعل من دقات القلب والتنفس سريعة جدًا، أو سريعة، أو بطيئة على التوالي) ويعطي أمثلة لذلك من دون مساعدة المعلمة.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	يشارك بصعوبة في نشاط رياضي تبادر به المعلمة.	يشارك في نشاط من الأنشطة الرياضية التي تختارها وتبادر بها المعلمة.	يشارك في نشاطين من الأنشطة الرياضية التي تختارها وتبادر بها المعلمة.	يشارك بمدى واسع من الأنشطة الرياضية التي تختارها وتبادر بها المعلمة.
المفاهيم والإستراتيجيات	يظهر وعيه بمفاهيم الجسم من خلال تعريف الأجزاء الكبيرة والصغيرة للجسم بمساعدة المعلمة.	يظهر وعيه بمفاهيم الجسم من خلال تعريف الأجزاء الكبيرة والصغيرة للجسم من دون مساعدة المعلمة.	يظهر وعيه بمفاهيم الجسم من خلال تعريف الأجزاء الكبيرة والصغيرة للجسم، ويظهر إستيعابًا لمفاهيم المساحة (الفراغ الخاص والفراغ العام) بمساعدة المعلمة.	يظهر وعيه بمفاهيم الجسم من خلال تعريف الأجزاء الكبيرة والصغيرة للجسم، ويظهر إستيعابًا لمفاهيم المساحة (الفراغ الخاص والفراغ العام).
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	يبدأ بإظهار سلوك آمن تجاه الذات باتباع قواعد الصف، والإجراءات الآمنة مع توجيه وتعزيز المعلمة.	يظهر سلوك آمن تجاه الذات والآخرين باتباع قواعد الصف، والإجراءات والممارسات الآمنة مع توجيه وتعزيز المعلمة.	يظهر سلوك آمن تجاه الذات والآخرين باتباع قواعد الصف، والإجراءات والممارسات الآمنة.	يظهر سلوك آمن تجاه الذات والآخرين باتباع قواعد الصف، والإجراءات والممارسات الآمنة ويحث أقرانه على إتباعه.
النشاط البدني، و الغذاء وأجهزة الجسم	يعرف بصعوبة وظائف أجزاء الجسم مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم) بمساعدة المعلمة.	يعرف وظائف أجزاء الجسم مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم).	يعرف وظائف أجزاء الجسم ويصف بعضها من خلال الرسومات والصور مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم).	يعرف وظائف أجزاء الجسم ويصفها من خلال الرسومات والصور مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم).
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يعبر عن عواطفه ومشاعره أثناء أداء الأنشطة الرياضية بمساعدة المعلمة.	يعبر عن عواطفه ومشاعره أثناء أداء الأنشطة الرياضية.	يستخدم لغة ملائمة للتعبير عن عواطفه ومشاعره وإحتياجاته أثناء أداء الأنشطة الرياضية بمساعدة المعلمة.	يستخدم لغة ملائمة للتعبير عن عواطفه ومشاعره وإحتياجاته أثناء أداء الأنشطة الرياضية.



## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (k):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية		يعدّد سلوكًا من السلوكيات الصحية الشخصية مثل: (غسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والإعتماد على النفس في قضاء الحاجة، وإستخدام المناديل و نظافة البيئة).	يعدّد سلوكين من السلوكيات الصحية الشخصية مثل: (غسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والإعتماد على النفس في قضاء الحاجة، وإستخدام المناديل ونظافة البيئة).	يعدّد من ثلاث إلى أربع سلوكيات صحية شخصية مثل: (غسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والإعتماد على النفس في قضاء الحاجة، والتعبير عن المشاعر، وإتخاذ قرارات بخصوص الطعام الصحي، والنشاطات البدنية اليومية ونظافة البيئة).	

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الاول):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية		يجتهد بصعوبة لإظهار التوافق في أداء المهام الحركية البسيطة والكبرى.	يظهر توافقًا في أداء بعض المهام الحركية الكبرى باستخدام التحكم والتوازن والقوة والتوافق.	يظهر توافقًا في أداء المهام الحركية البسيطة والكبرى باستخدام التحكم والتوازن ونضجًا في أداء المهارات الحركية الأساسية.	يظهر توافقًا تامًا في المهام الحركية البسيطة والكبرى باستخدام التحكم والتوازن ونضجًا في أداء المهارات الحركية الأساسية.
اللياقة البدنية		يظهر فهمًا محدودًا بأن للأنشطة البدنية المختلفة تأثيرات مختلفة في الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس) تجعل من دقائق القلب والتنفس سريعة جدًا، أو بطيئة على التوالي) بمساعدة المعلمة.	يظهر فهمه بأن للأنشطة البدنية المختلفة تأثيرات مختلفة في الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس) تجعل من دقائق القلب والتنفس سريعة جدًا، أو بطيئة على التوالي) ويعطي أمثلة على ذلك من دون مساعدة المعلمة.	يظهر فهمه بأن للأنشطة البدنية المختلفة تأثيرات مختلفة في الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس) تجعل من دقائق القلب والتنفس سريعة جدًا، أو بطيئة على التوالي) ويعطي أمثلة على ذلك من دون مساعدة المعلمة.	يظهر فهمه بأن للأنشطة البدنية المختلفة تأثيرات مختلفة على الجسد مثل: (الجري، والمشي، والجلوس) تجعل من دقائق القلب والتنفس سريعة جدًا، أو بطيئة على التوالي) ويعطي أمثلة على ذلك من دون مساعدة المعلمة.
الأنظام في ممارسة الأنشطة البدنية		ينخرط بصعوبة في الأنشطة الرياضية التي تعرض عليه بمساعدة وتشجيع المعلمة.	ينخرط في الأنشطة الرياضية التي تعرض عليه بمساعدة وتشجيع المعلمة.	ينخرط في الأنشطة الرياضية عندما تعرض عليه من دون مساعدة المعلمة.	ينخرط في الأنشطة الرياضية عندما تعرض عليه ويحث الأقران على المشاركة.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الاول):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المفاهيم والإستراتيجيات	يتبع التعليمات والقواعد وإجراءات الأمن والسلامة في الصف والملعب بمساعدة المعلمة.	يتبع قواعد وإجراءات الأمن والسلامة المناسبة في الصف والملاعب.	يتبع قواعد وإجراءات الأمن والسلامة المناسبة في الصف والملاعب، ويظهر فهماً في مفاهيم الفراغ الشخصي والعام.	يطبق قواعد وإجراءات الأمن والسلامة المناسبة في الصف والملعب.
السلوك المستوول واحترام الاختلافات	لا يظهر الرغبة في اللعب مع أي طفل مختلف عنه في الصف.	يظهر في بعض الأوقات الرغبة في اللعب مع زملاء مختلفين عنه.	لا يمانع في اللعب مع أي من زملاء، ويتقبل الإختلاف في الشكل أو القدرات أو البيئة الإجتماعية أو الاقتصادية.	يلعب دائماً مع أي من الزملاء، من دون الإهتمام بالإختلاف بالقدرات أو الشكل أو البيئة الإجتماعية أو الاقتصادية.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم	يعرف وظائف أجزاء الجسم مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم) بمساعدة المعلمة.	يعرف وظائف أجزاء الجسم مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم).	يعرف وظائف أجزاء الجسم ويصف بعضها من خلال الرسومات والصور مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم).	يعرف وظائف أجزاء الجسم ويصفها خلال الرسومات والصور مثل: (القلب والرئتين - المعدة، والأقدام، واليدين والأذنين، والعينين، والفم).
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يظهر معرفته بالمشاعر والملاحظات عن النشاط الحركي وآثاره على الجسم وكيف يشعر الفرد قبل وبعد التدريب.	يحدد المشاعر والملاحظات عن النشاط الحركي وآثاره على الجسم وكيف يشعر الفرد قبل وبعد التدريب، وقبل وبعد تناول الطعام.	يجمع ويصف المشاعر والملاحظات عن نشاط الجسم وآثارها على الجسم وكيف يشعر الفرد خلال وبعد التدريب، وقبل وبعد تناول الطعام.	يجمع ويصف المشاعر والملاحظات عن نشاط الجسم وآثاره على الجسم وكيف يشعر الفرد خلال وبعد التدريب، وقبل وبعد تناول الطعام.
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية	يبدأ في المحافظة على البيئة مثل: (العناية بالأشجار والزهور - عدم رمي النفايات، ... إلخ) بمساعدة المعلمة.	يبدأ في المحافظة على البيئة مثل: (العناية بالأشجار والزهور - عدم رمي النفايات، ... إلخ).	يحافظ على البيئة مثل: (العناية بالأشجار والزهور - عدم رمي النفايات، ... إلخ).	يحافظ على البيئة ويحث أقرانه على ذلك مثل: (العناية بالأشجار والزهور - عدم رمي النفايات، ... إلخ).
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يحاول الحصول على معلومات صحية من بالغين موثوقين.	يحصل على المعلومات الصحية من بالغين موثوقين. ووسائل مختلفة.	يحصل على المعلومات الصحية بشكل مستقل ومستمر.	يحصل على المعلومات الصحية بشكل مستقل ومستمر.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الثاني):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية	ينسق بصعوبة، مهارات الحركة الكبرى والصغرى من أجل أداء نشاطات معقدة وحركات إبداعية.	يبدأ بتنسيق مهارات الحركة الكبرى والصغرى من أجل أداء نشاطات معقدة وحركات إبداعية.	ينسق مهارات الحركة الكبرى والصغرى من أجل أداء نشاطات معقدة وحركات إبداعية.	ينسق بدقة مهارات الحركة الكبرى والصغرى من أجل أداء نشاطات معقدة وحركات إبداعية.
اللياقة البدنية	يتعرّف بصعوبة بعض المؤشرات الفسيولوجية مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، والعطش) للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني بمساعدة المعلمة.	يتعرّف بعض المؤشرات الفسيولوجية مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، والعطش) للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني.	يتعرّف المؤشرات الفسيولوجية مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، والعطش) للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني.	يتعرّف، ويعرض أمثلة على المؤشرات الفسيولوجية مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، والعطش) للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني.
الأنظام في ممارسة الأنشطة البدنية	يشارك في نشاط واحد من الأنشطة البدنية تكون من اختيار المعلمة.	يشارك في نشاطين من الأنشطة البدنية تكون من اختيار المعلمة.	يشارك في نشاطين من الأنشطة البدنية بحيث يكون أكثرها من اختياره وأقلها من تقديم المعلمة.	يشارك في مدى واسع من الأنشطة البدنية بحيث يكون أكثرها من اختياره وأقلها من تقديم المعلمة.
المفاهيم والإستراتيجيات	يظهر معرفة محدودة بالقواعد وممارسات وإجراءات السلامة للأنشطة البدنية.	يظهر معرفة بالقواعد وممارسات وإجراءات السلامة للأنشطة البدنية.	يظهر معرفة كبيرة بالقواعد وممارسات وإجراءات السلامة للأنشطة البدنية ويطبقها.	يظهر معرفة كبيرة بالقواعد وممارسات وإجراءات السلامة للأنشطة البدنية ويطبقها.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	يتعرف المهارات الضرورية لحل الخلافات بسلام بمساعدة المعلمة.	يتعرف المهارات الضرورية لحل الخلافات بسلام.	يستعمل المهارات الضرورية لحل الخلافات بسلام.	يستعمل ويطور المهارات الضرورية لحل الخلافات بسلام.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم	يتعرف فوائد النشاط البدني وكيف يؤثر في تحسين اللياقة البدنية كنمط حياة صحي للفرد بمساعدة المعلمة.	يتعرف فوائد النشاط البدني وكيف يؤثر في تحسين اللياقة البدنية كنمط حياة صحي للفرد.	يصف فوائد النشاط البدني وكيف يؤثر في تحسين اللياقة البدنية كنمط حياة صحي للفرد بمساعدة المعلمة.	يصف فوائد النشاط البدني وكيف يؤثر في تحسين اللياقة البدنية كنمط حياة صحي للفرد.
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يسمّي السلوكيات اليومية التي تحافظ على الصحة الجيدة.	يبدأ بتحديد السلوكيات اليومية التي تحافظ على الصحة الجيدة.	يحدد ويصف السلوكيات اليومية التي تحافظ على الصحة الجيدة.	يحدد ويصف بدقة السلوكيات اليومية التي تحافظ على الصحة الجيدة.
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية	يتعرف بعض سبل الوقاية من الأمراض المعدية مثل: (غسل اليدين، والابتعاد عن الأشخاص المصابين بالمرض) بمساعدة المعلمة.	يعرّف بعض سبل الوقاية من الأمراض المعدية مثل: (غسل اليدين، والابتعاد عن الأشخاص المصابين بالمرض).	يعرّف سبل الوقاية من الأمراض المعدية مثل: (غسل اليدين، والابتعاد عن الأشخاص المصابين بالمرض).	يعرّف ويشرح بعض سبل الوقاية من الأمراض المعدية مثل: (غسل اليدين، والابتعاد عن الأشخاص المصابين بالمرض).
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يحاول الحصول على معلومات صحية من بالغين موثوقين.	يحصل على المعلومات الصحية من بالغين موثوقين.	يحصل على المعلومات الصحية من بالغين موثوقين ووسائل مختلفة.	يحصل على المعلومات الصحية بشكل مستقل ومستمر.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الثالث):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية		نادراً ما ينسق بين المهارات البسيطة والمركبة من أجل أداء أنشطة أكثر صعوبة وحركات إبداعية بمساعدة المعلمة.	نادراً ما ينسق بين بعض المهارات البسيطة والمركبة من أجل أداء أنشطة أكثر صعوبة وحركات إبداعية.	ينسق بين بعض المهارات البسيطة والمركبة من أجل أداء أنشطة أكثر صعوبة وحركات إبداعية. مستقل ومستمر.	ينسق بين بعض المهارات البسيطة والمركبة من أجل أداء أنشطة أكثر صعوبة وحركات إبداعية. مستقل ومستمر.
اللياقة البدنية		يشارك في نشاط واحد من الأنشطة الرياضية لزيادة كفاءته في المهارات المتخصصة بمساعدة المعلمة.	يشارك في نشاط واحد من الأنشطة الرياضية لزيادة كفاءته في المهارات المتخصصة.	يشارك في نشاطين من الأنشطة الرياضية لزيادة كفاءته في المهارات المتخصصة.	يشارك في أكثر من نشاطين من الأنشطة الرياضية لزيادة كفاءته في المهارات المتخصصة.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية		نادراً ما يشارك في الأنشطة الرياضية المعتدلة الشدة والملائمة للمرحلة العمرية.	يشارك في نشاط واحد من الأنشطة الرياضية المعتدلة الشدة والملائمة للمرحلة العمرية.	يشارك في نشاطين من الأنشطة الرياضية المعتدلة الشدة والملائمة للمرحلة العمرية.	يشارك بانتظام في مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية المعتدلة الشدة والملائمة للمرحلة العمرية.
المفاهيم والإستراتيجيات		يجد صعوبة في تعريف عنصر من العناصر الضرورية لأداء مهارة معينة لنفسه وللآخرين باستخدام مفردات الحركة.	يعرف عنصراً من العناصر الضرورية لأداء مهارة معينة لنفسه وللآخرين باستخدام مفردات الحركة.	يعرف عنصرين من العناصر الضرورية لأداء مهارة معينة لنفسه وللآخرين باستخدام مفردات الحركة.	يعرف العناصر الضرورية لأداء مهارة معينة لنفسه وللآخرين باستخدام مفردات الحركة.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات		نادراً ما يلتزم بالأنظمة الصفية، وإجراءات وممارسات السلامة.	يلتزم ببعض الأنظمة الصفية، وإجراءات وممارسات السلامة.	يلتزم بالأنظمة الصفية، وإجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدياً وروحاً رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي.	يلتزم بالأنظمة الصفية، وإجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدياً وروحاً رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم		يعرف بصعوبة مصدرًا من مصادر الغذاء الشائعة المتضمنة في النظام الغذائي المتوازن، مثل: (الفاكهة، والخضار، والحبوب).	يعرف مصدرًا من مصادر الغذاء الشائعة المتضمنة في النظام الغذائي المتوازن، مثل: (الفاكهة، والخضار، والحبوب).	يعرف مصدرين من مصادر الغذاء الشائعة المتضمنة في النظام الغذائي المتوازن، مثل: (الفاكهة، والخضار، والحبوب).	يعرف مصادر الغذاء الشائعة المتضمنة في النظام الغذائي المتوازن، مثل: (الفاكهة، والخضار، والحبوب).
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال		يجد صعوبة في المقارنة بين كل من الحالة الصحية السيئة والحالة الصحية الجيدة.	يقارن بين كل من الحالة الصحية السيئة والحالة الصحية الجيدة.	يقارن بين كل من الحالة الصحية السيئة والحالة الصحية الجيدة، ويشرح واحد أو اثنين من خصائصهما.	يقارن بين كل من الحالة الصحية السيئة والحالة الصحية الجيدة، ويشرح مجموعة من خصائص كل منهما.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الثالث):

مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية	يتعرف بصعوبة أعراض الأمراض التي يمكن رؤيتها وقياسها مثل: (الطفح وارتفاع درجة الحرارة).	يتميز أعراض الأمراض التي يمكن رؤيتها وقياسها مثل: (الطفح وارتفاع درجة الحرارة، والأعراض التي لا يمكن رؤيتها إلا من خلال وصف المريض، مثل (الألم).)	يتميز أعراض الأمراض التي يمكن رؤيتها وقياسها مثل: (الطفح وارتفاع درجة الحرارة، والأعراض التي لا يمكن رؤيتها إلا من خلال وصف المريض، مثل: (الألم).	يتميز أعراض الأمراض التي يمكن رؤيتها وقياسها مثل: (الطفح وارتفاع درجة الحرارة، والأعراض التي لا يمكن رؤيتها إلا من خلال وصف المريض، مثل (الألم) ويعرض على أقرانه).
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يظهر بصعوبة القدرة على وضع هدف من الأهداف المعززة للصحة مثل: (النوم، تناول الماء، الخضراوات والفواكه، أضرار المشروبات الغذائية والوجبات السريعة).	يظهر القدرة على وضع هدف من الأهداف المعززة للصحة مثل: (النوم، تناول الماء، الخضراوات والفواكه، أضرار المشروبات الغذائية والوجبات السريعة).	يظهر القدرة على وضع هدف من الأهداف المعززة للصحة مثل: (النوم، تناول الماء، الخضراوات والفواكه، أضرار المشروبات الغذائية والوجبات السريعة).	يظهر القدرة على وضع أكثر من هدفين من الأهداف من أجل تعزيز الصحة مثل: (النوم، الماء، الخضراوات والفواكه، أضرار المشروبات الغذائية والوجبات السريعة).

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الرابع):

مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية	يبدأ بإظهار بعض مهارات حل المشكلات للتغلب على تحديات الأداء الحركي.	يظهر بعض مهارات حل المشكلات للتغلب على تحديات الأداء الحركي.	يطبق مهارات حل المشكلات للتغلب على تحديات الأداء الحركي.	يطبق ويطور مهارات حل المشكلات للتغلب على تحديات الأداء الحركي.
اللياقة البدنية	يتعرف بصعوبة إحدى المؤشرات الفسيولوجية مثل: (معدل ضربات القلب، معدل التنفس، حرارة الجسم، التعرق، العطش) أثناء النشاط البدني.	يتعرف واحدًا من المؤشرات الفسيولوجية مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، العطش) للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني.	يتعرف اثنين من المؤشرات الفسيولوجية مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، العطش) للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني.	يتعرف أكثر من اثنين من المؤشرات الفسيولوجية مثل: (معدل ضربات القلب، حرارة الجسم، التعرق، العطش) للتمرين أثناء وبعد النشاط البدني.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	نادرًا ما ينخرط في الأنشطة البدنية المعتدلة إلى الشديدة.	يبدأ بالانخراط في مجموعة الأنشطة البدنية المعتدلة إلى الشديدة مرة أو مرتين أسبوعيًا.	ينخرط في مجموعة الأنشطة البدنية المعتدلة إلى الشديدة على أساس منتظم.	ينخرط في مجموعة الأنشطة البدنية المعتدلة إلى الشديدة على أساس منتظم، ويفسر أثر النشاط البدني اليومي على صحة الفرد.
المفاهيم والإستراتيجيات	يجد صعوبة في تطبيق مفاهيم النشاط البدني في تطوير سلسلة الحركات الإستراتيجيات للعبة.	يبدأ بتطبيق مفاهيم النشاط البدني في تطوير سلسلة الحركات الإستراتيجيات للعبة.	يطبق مفاهيم النشاط البدني في تطوير سلسلة الحركات الإستراتيجيات للعبة.	يطبق ويفسر مفاهيم النشاط البدني في تطوير سلسلة الحركات الإستراتيجيات للعبة.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الرابع):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	نادرًا ما يظهر سلوكيات مراعية للفروقات الفردية مثل: (الجسدية، النوع الاجتماعي، الثقافي، الوجداني) التي يمكن أن تؤثر في نشاطات المجموعة.	يظهر سلوكيات مراعية للفروقات الفردية مثل: (الجسدية، النوع الاجتماعي، الثقافي، الوجداني) التي يمكن أن تؤثر في نشاطات المجموعة.	يظهر دائمًا سلوكيات مراعية للفروقات الفردية مثل: (الجسدية، النوع الاجتماعي، الثقافي، الوجداني) التي يمكن أن تؤثر في نشاطات المجموعة.	يظهر دائمًا سلوكيات مراعية للفروقات الفردية مثل: (الجسدية، النوع الاجتماعي، الثقافي، الوجداني) التي يمكن أن تؤثر في نشاطات المجموعة ويحث أقرانه على اتباعها.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم	يدون دور المواد الغذائية في تحقيق الغذاء المتوازن.	يدرك دور واحد أو اثنين من المواد الغذائية في تحقيق الغذاء المتوازن.	يحدد دور المواد الغذائية في تحقيق الغذاء المتوازن.	يحدد دور المواد الغذائية في تحقيق الغذاء المتوازن، مزودًا ذلك بأمثلة (كمية السعرات الحرارية بالوجبات السريعة، الدهون المشبعة من خلال البطاقة الغذائية).
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يحدد المشاعر، ويدرك كيف أنها تؤثر في سلوكيات الأفراد.	يدرك المشاعر، ويفهم كيف أنها تؤثر في سلوكيات الأفراد.	يصف المشاعر، ويدرك كيف أنها تؤثر في سلوكيات الأفراد.	يحلل المشاعر، ويفسر كيف أنها تؤثر في سلوكيات الأفراد.
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية	يبدأ بوصف وإعطاء أمثلة عن الأمراض المعدية وغير المعدية.	يصف الأمراض المعدية وغير المعدية.	يقدم حججًا مقنعة للسلوكيات الصحية التي تعتمد على المعلومات الصحية.	يصف ويعطي أمثلة عن الأمراض المعدية وغير المعدية.
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يحدد مصدر واحد تزوده بمعلومات صحية صحيحة.	يحدد المصادر مصدرين تزوداه بمعلومات صحية صحيحة.	يساعد أقرانه في تحديد المصادر التي تزودهم بمعلومات صحية صحيحة.	يفسر ويصف ويستخدم المصادر التي تزودنا بمعلومات صحية صحيحة.



## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الخامس):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية		نادراً ما يظهر تطبيقات بسيطة تجمع بين المهارات الأساسية (المهارات الانتقالية وغير الانتقالية) والتعامل مع غير الانتقالية والتعامل مع (الأداة) للمشاركة في الأنشطة الرياضية وتمارين اللياقة البدنية.	يظهر بعض التطبيقات البسيطة التي تجمع بين المهارات الأساسية (المهارات الانتقالية وغير الانتقالية) والتعامل مع (الأداة) للمشاركة في الأنشطة الرياضية وتمارين اللياقة البدنية.	يظهر التطبيقات البسيطة التي تجمع بين المهارات الأساسية (المهارات الانتقالية وغير الانتقالية) والتعامل مع (الأداة) للمشاركة في الأنشطة الرياضية وتمارين اللياقة البدنية.	يظهر تطبيقات متطورة مركبة تجمع بين المهارات الأساسية (المهارات الانتقالية وغير الانتقالية) والتعامل مع (الأداة) للمشاركة في الأنشطة الرياضية وتمارين اللياقة البدنية.
اللياقة البدنية		يجد صعوبة في تطبيق مفاهيم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالتحرك في الأنشطة الرياضية.	يبدأ بتطبيق مفاهيم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالتحرك في الأنشطة الرياضية.	يطبق مفاهيم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالتحرك في الأنشطة الرياضية.	يطبق ويفسر مفاهيم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالتحرك في الأنشطة الرياضية.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية		يواجه صعوبة بالاشتراك في الأنشطة البدنية المعتدلة نمائياً.	يشارك في واحد أو اثنين من الأنشطة البدنية المعتدلة إلى الشديدة الملائمة نمائياً.	يشارك في عدد من الأنشطة البدنية المعتدلة إلى الشديدة الملائمة نمائياً على أساس منتظم.	يشارك بفعالية في عدد من الأنشطة البدنية المعتدلة إلى الشديدة الملائمة نمائياً على أساس منتظم.
المفاهيم والإستراتيجيات		يجد صعوبة في التعرف من مصادر التكنولوجيا على مفاهيم وقواعد اللعبة المستهدفة.	يتعرف من مصادر التكنولوجيا على مفاهيم وقواعد اللعبة المستهدفة بمساعدة المعلمة.	يتعرف بنفسه من مصادر التكنولوجيا على مفاهيم وقواعد اللعبة المستهدفة.	يتعرف بنفسه من مصادر التكنولوجيا على مفاهيم وقواعد اللعبة المستهدفة، ويقترح تحسينات على الأداء لنفسه وللآخرين.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات		يظهر أحياناً التسامح مع الزملاء ويتجنب الخلافات.	يظهر التسامح مع الزملاء ويتجنب الخلافات.	يظهر باستمرار التسامح مع الزملاء ويتجنب الخلافات.	يظهر باستمرار التسامح مع الزملاء ويتجنب الخلافات، ويحث زملائه على اتباع نفس السلوك.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم		يدرك أهمية النظام الغذائي والتمارين ونمط الحياة للمحافظة على الصحة والوقاية من الأمراض.	يفسر بتردد أهمية النظام الغذائي والتمارين ونمط الحياة للمحافظة على الصحة والوقاية من الأمراض.	يفسر أهمية النظام الغذائي والتمارين ونمط الحياة للمحافظة على الصحة والوقاية من الأمراض.	يفسر أهمية النظام الغذائي والتمارين ونمط الحياة للمحافظة على الصحة والوقاية من الأمراض، ويبين أمثلة ونماذج.
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال		يجتهد بصعوبة ليفهم العلاقة بين الصحة العقلية والاجتماعية والجسدية، و لا عاطفية و لا اجتماعية والجسدية.	يدرك العلاقة بين الصحة العقلية والاجتماعية والجسدية، ويبدأ بتطوير التقدير الخاص لجسمه وكيفية العناية به.	يصف العلاقة بين الصحة العقلية والاجتماعية والجسدية، ويبدأ بتطوير التقدير الخاص لجسمه وكيفية العناية به.	يصف ويفسر العلاقة بين الصحة العقلية والاجتماعية والجسدية، ويبدأ بتطوير التقدير الخاص لجسمه وكيفية العناية به.



## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الخامس):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية		يعدّد اجراءً واحداً من إجراءات الوقاية من الأمراض.	يعدّد إجراءين من إجراءات الوقاية من الأمراض.	يعدّد ثلاثة إجراءات على الأقل من الإجراءات العامة للوقاية من الأمراض مثل: (النظافة الشخصية، ونمط الحياة الصحي، والفحوصات الطبية المنتظمة) ويعرضها على أقرانه.	يعدّد ثلاثة إجراءات على الأقل من الإجراءات العامة للوقاية من الأمراض مثل: (النظافة الشخصية، ونمط الحياة الصحي، والفحوصات الطبية المنتظمة) ويعرضها على أقرانه.
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية		يبدأ بوصف التأثير الإيجابي والسلبي للأسرة والمدرسة والأقران ووسائل الإعلام (الإنترنت) على صحة الفرد وسلوكه.	يصف التأثير الإيجابي والسلبي للأسرة والمدرسة والأقران ووسائل الإعلام (الإنترنت) على صحة الفرد وسلوكه.	يحلل التأثير الإيجابي والسلبي للأسرة والمدرسة والأقران ووسائل الإعلام (الإنترنت) على صحة الفرد وسلوكه.	يحلل ويفسر التأثير الإيجابي والسلبي للأسرة والمدرسة والأقران ووسائل الإعلام (الإنترنت) على صحة الفرد وسلوكه.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (السادس):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية		يواجه مشكلة في أداء النشاطات الرياضية بسبب عدم وجود تناسب في المهارات الحركية.	يؤدي مهارات حركية محدودة أثناء أداء النشاطات الرياضية.	يظهر كفاءة في المهارات الحركية عن طريق تطبيق مجموعة واسعة من الحركات في بيئات ديناميكية مختلفة.	يظهر باستمرار كفاءة في المهارات الحركية عن طريق تطبيق مجموعة واسعة من الحركات في بيئات ديناميكية مختلفة.
اللياقة البدنية		يعد قائمة بعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	ينمي أحد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة في برنامج تدريبي ليلبي أهداف الصحة.	ينمي اثنين الى ثلاث عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة في برنامج تدريبي ليلبي أهداف الصحة.	يحلل ويختبر أكثر من ثلاث عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، في برنامج تدريبي ليلبي أهداف الصحة.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية		يظهر معرفته بأهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى الصحة والاستمتاع والتعبير عن الذات، وفي المشاركة أو إعداد برنامج لياقة بدنية بسيط مع زملائه وبمساعدة المعلم.	يظهر معرفته بأهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى الصحة والاستمتاع والتعبير عن الذات، وفي المشاركة أو إعداد برنامج لياقة بدنية بسيط مع زملائه وبمساعدة المعلم.	يضع برنامج لممارسة النشاط الرياضي لرفع مستوى الصحة والاستمتاع والتعبير عن الذات وبمساعدة المعلم.	يضع ويطبق برنامج لممارسة النشاط الرياضي لرفع مستوى الصحة والاستمتاع والتعبير عن الذات.

تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (السادس):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المفاهيم والإستراتيجيات	يتعرّف بنفسه من مصادر التكنولوجيا مفاهيم وقواعد لعبة من الألعاب المختارة.	يتعرّف بنفسه من مصادر التكنولوجيا مفاهيم وقواعد أكثر من لعبة من الألعاب المختارة.	يتعرّف بنفسه من مصادر التكنولوجيا على مفاهيم وقواعد أكثر من لعبة يستهدفها، ويقترح تحسينات على الأداء لنفسه.	يتعرّف بنفسه من مصادر التكنولوجيا مفاهيم وقواعد أكثر من لعبة المستهدفة، ويقترح تحسينات على الأداء لنفسه وللآخرين.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	يحدد بعض صفات السلوك المسؤول.	يظهر معرفة محدودة بالسلوك المسؤول ومهارات حل النزاع بسلام.	يظهر معرفة بالسلوك المسؤول ويطبق مهارات حل النزاع بسلام.	يطبق السلوك المسؤول مع زملائه ويطور مهارات حل النزاع بسلام.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم	يظهر معرفة وفهمًا محدودًا بأهمية النشاط الرياضي في مختلف المراحل العمرية.	يظهر معرفة وفهمًا بأهمية النشاط الرياضي في مختلف المراحل العمرية.	يظهر معرفة وفهمًا بأهمية النشاط الرياضي، ويمارس نوع من الأنشطة المناسبة لمرحلته العمرية.	يظهر معرفة وفهمًا بأهمية النشاط الرياضي، ويمارس نوع من الأنشطة المناسبة لمرحلته العمرية مع الاقربان بشكل منتظم.
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يواجه مشكلة في إدراك تقنيات ومهارات التواصل المستخدمة في إدارة وتقليل التوتر، وتكوين علاقات أسرية صحية.	يواجه مشكلة محدودة في إدراك تقنيات ومهارات التواصل المستخدمة في إدارة وتقليل التوتر، وتكوين علاقات أسرية صحية.	يستخدم مختلف تقنيات ومهارات الاتصال في إدارة وتقليل التوتر، وتكوين علاقات أسرية صحية، وعلاقات الأقران عن طريق تقليل العنف والخلاف.	يظهر كفاءة في استخدام مختلف تقنيات ومهارات الاتصال في إدارة وتقليل التوتر، وتكوين علاقات أسرية صحية، وعلاقات الأقران والمجتمع عن طريق تقليل العنف والخلاف.
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية	يبدأ بإظهار معرفته بالعواقب الصحية والسلوكية لتعاطي التبغ والمخدرات والكحول وغيرها من المواد الضارة.	يظهر معرفة محدودة بالعواقب الصحية والسلوكية لتعاطي التبغ والمخدرات والكحول وغيرها من المواد الضارة.	يظهر معرفته وفهمه بالعواقب الصحية والسلوكية لتعاطي التبغ والمخدرات والكحول وغيرها من المواد الضارة.	يظهر معرفته وفهمه بالعواقب الصحية والسلوكية لتعاطي التبغ والمخدرات والكحول وغيرها من المواد، ويستخدمها في الدعوة إلى حياة صحية.
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يتعرف معلومات ومصادر صحية لاتخاذ قرارات تعزز الصحة.	يدرك ويستخدم معلومات ومصادر صحية لاتخاذ قرارات تعزز الصحة.	يجمع ويستخدم معلومات ومصادر صحية لاتخاذ قرارات تعزز الصحة آخذًا بعين الاعتبار المعتقدات الفكرية والأسرية.	يتقن ويستخدم بفاعلية معلومات ومصادر صحية لاتخاذ قرارات تعزز الصحة آخذًا بعين الاعتبار المعتقدات الفكرية والأسرية.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (السابع):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية		يواجه صعوبة في تطوير وأداء مهارات حركية متقدمة متخصصة.	يؤدي ويطور بعض المهارات الحركية المتقدمة المتخصصة مع مساعدة المعلم.	يطور ويلائم ويوظف المهارات الحركية المتقدمة التخصصية ليلبي متطلباته في البيئة الديناميكية المتزايدة.	يطور ويلائم بشكل مستقل، ويجمع المزيد من المهارات الحركية المتقدمة ليلبي متطلباته في البيئة الديناميكية المتزايدة.
اللياقة البدنية		يظهر معرفة بعنصر من عناصر اللياقة البدنية ويشارك بأنشطة رياضية تنميها وتحافظ عليها.	يظهر معرفة بعنصرين من عناصر اللياقة البدنية ويشارك بأنشطة رياضية تنميها وتحافظ عليها.	يظهر معرفة بثلاث من عناصر اللياقة البدنية ويشارك بأنشطة رياضية تنميها وتحافظ عليها.	يظهر معرفة بأكثر من ثلاث عناصر للياقة البدنية، ويشارك بأنشطة رياضية تنميها وتحافظ عليها.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية		يتعرف بصعوبة أهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بمساعدة المعلم.	يدرك أهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بمساعدة المعلم.	يحلل أهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ومع الأقران.	يحلل ويطبق مفهوم أهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لنفسه ومع الأقران.
المفاهيم والإستراتيجيات		يظهر معرفة إذا طلب إليه بعض المعرفة بقواعد وتعليمات وإجراءات السلامة، في مجموعة واسعة من أوضاع الحركة.	يظهر معرفة محدودة بقواعد وتعليمات وإجراءات السلامة في مجموعة واسعة من أوضاع الحركة.	يظهر معرفة بقواعد وتعليمات وإجراءات السلامة في مجموعة واسعة من أوضاع الحركة عن طريق تفسير ومشاركة المعلومات من مجموعة المصادر المختلفة.	يظهر معرفة بقواعد وتعليمات وإجراءات السلامة في مجموعة واسعة من أوضاع الحركة عن طريق تفسير ومشاركة المعلومات من مجموعة المصادر المختلفة.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات		يظهر وعياً بسيطاً بالتحديات التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية.	يظهر وعياً بالتحديات التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية.	يظهر وعياً بالتحديات التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية ويبيدي استعداداً لمساعدتهم. أقرانه على ذلك.	يظهر وعياً بالتحديات التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية ويبيدي استعداداً لمساعدتهم ويحث أقرانه على ذلك.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم		يتعرف المصادر والمواد الغذائية ودورها في كيفية اتباع نظام غذائي صحي (الفيتامينات والمعادن والبروتينات والكربوهيدرات والدهون).	يصنف المصادر والمواد الغذائية ودورها في كيفية اتباع نظام غذائي صحي (الفيتامينات والمعادن والبروتينات والكربوهيدرات والدهون).	يحلل المصادر والمواد الغذائية ودورها في كيفية اتباع نظام غذائي صحي (الفيتامينات والمعادن والبروتينات والكربوهيدرات والدهون) بمساعدة المعلم، ويعرضها على أقرانه.	يلعب دور إيجابي في توعية أقرانه لتصنيف وتحليل المصادر والمواد الغذائية ودورها في كيفية اتباع نظام غذائي صحي (الفيتامينات والمعادن والبروتينات والكربوهيدرات والدهون).
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال		يجد صعوبة في وصف العلاقة بين الصحة الجسدية والعقلية والوجدانية والاجتماعية.	يصف العلاقة بين الصحة الجسدية والعقلية والوجدانية والاجتماعية بمساعدة المعلمة.	يصف العلاقة بين الصحة الجسدية والعقلية والوجدانية والاجتماعية.	يصف العلاقة بين الصحة الجسدية والعقلية والوجدانية والاجتماعية ويكون صورة إيجابية للذات.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (السابع):

مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
الأمراض والاضطرابات والصحة البيئية	يعرّف العلامات الرئيسة والأعراض للأمراض غير المعدية مثل: (سرطان القولون، وأمراض القلب التاجية، والسكري، وغيرها) بمساعدة المعلم.	يعرّف العلامات الرئيسة والأعراض للأمراض غير المعدية مثل: (سرطان القولون، وأمراض القلب التاجية، والسكري، وغيرها).	يعرّف العلامات الرئيسة والأعراض للأمراض غير المعدية مثل: (سرطان القولون، وأمراض القلب التاجية، والسكري، وغيرها).	يقوم بحملة توعوية مع الأقران عن العلامات الرئيسة والأعراض للأمراض غير المعدية مثل: (سرطان القولون، وأمراض القلب التاجية، والسكري، وغيرها).
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يجد صعوبة في تحديد كيف يمكن أن يؤثر الإعلام على الرسائل التي ربما يستقبلها الفرد عن صورة الجسد.	يحدد كيف يمكن أن يؤثر الإعلام على الرسائل التي ربما يستقبلها الفرد عن صورة الجسد بمساعدة المعلم.	يحدد كيف يمكن أن يؤثر الإعلام على الرسائل التي ربما يستقبلها الفرد عن صورة الجسد.	يحلل كيف يمكن أن يؤثر الإعلام على الرسائل التي ربما يستقبلها الفرد عن صورة الجسد.
الجامعة والاستعداد للمهنة	يظهر فهمًا محدودًا بالمؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة.	يظهر فهمًا بالمؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة بمساعدة المعلم.	يظهر فهمًا بالمؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة.	يظهر فهمًا، ويعرضه على أقرانه بالمؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الثامن):

مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية	يوظف أحيانًا المهارات الحركية التي تعلمها في أدائه لأنشطة رياضية متزايدة التخصص والدقة.	يوظف المهارات الحركية التي تعلمها في أدائه لأنشطة رياضية متزايدة التخصص والدقة بمساعدة المعلم.	يوظف المهارات الحركية التي تعلمها في أدائه لأنشطة رياضية متزايدة التخصص والدقة.	يحلل ويوظف المهارات الحركية التي تعلمها في أدائه لأنشطة رياضية متزايدة التخصص والدقة لتلبية مواقف اللعب المختلفة.
اللياقة البدنية	يظهر معرفته لأهمية تنمية عناصر اللياقة البدنية للجسم ويشارك بأنشطة رياضية تنمي إحدى عناصرها والمحافظة عليه.	يظهر معرفته لأهمية تنمية عناصر اللياقة البدنية للجسم ويشارك بأنشطة رياضية تنمي اثنين من عناصرها والمحافظة عليهما.	يظهر معرفته لأهمية تنمية عناصر اللياقة البدنية للجسم ويشارك بأنشطة رياضية تنمي ثلاثة من عناصرها والمحافظة عليهم.	يظهر معرفته لأهمية تنمية عناصر اللياقة البدنية للجسم ويشارك بأنشطة رياضية تنمي أكثر من ثلاثة من عناصرها والمحافظة عليهم.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	يدرك بصعوبة أهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بمساعدة المعلم.	يدرك أهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بمساعدة المعلمة.	يدرك أهمية ممارسة النشاط الرياضي في رفع مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	يضع برامج بسيطة لممارسة النشاط الرياضي الذي يرفع من مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الثامن):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المفاهيم والإستراتيجيات	يظهر بصعوبة معرفة محدودة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في المواقف التعليمية الحركية.	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في المواقف التعليمية الحركية بمساعدة المعلم.	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في المواقف التعليمية الحركية.	يظهر معرفة بقواعد وممارسات وإجراءات السلامة عندما يطبقها في المواقف التعليمية الحركية متزايدة التخصيص.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	يظهر فهمًا للاختلافات الثقافية بين الناس والأشخاص ذوي الإعاقات أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	يظهر فهمًا وتقبلاً للاختلافات الثقافية بين الناس والأشخاص ذوي الإعاقات أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	يظهر فهمًا وتقبلاً واحترامًا للاختلافات الثقافية بين الناس والأشخاص ذوي الإعاقات ويشاركونهم أثناء ممارسة النشاط الرياضي.	يتميز بين الأشخاص من ثقافات مختلفة، والأشخاص ذوي الإعاقات وأثر ذلك على سلوك الفرد أثناء ممارسة النشاط الرياضي.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم	يتعرف فوائد النشاط البدني وكيفية إدماج اللياقة البدنية في نمط حياتهم اليومية بمساعدة المعلم.	يتعرف فوائد النشاط البدني وكيفية إدماج اللياقة البدنية في نمط حياتهم اليومية.	يضع خطة للاستفادة من فوائد النشاط البدني وكيفية إدماج اللياقة البدنية في نمط حياتهم اليومية بمساعدة المعلم.	يقنع الأقران بوضع خطة للاستفادة من فوائد النشاط البدني وكيفية إدماج اللياقة البدنية في نمط حياتهم اليومية.
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يطبق بعض الإستراتيجيات التي تساعد على التحكم في الإجهاد والتوتر بمساعدة المعلم.	يطبق بعض الإستراتيجيات التي تساعد على التحكم في الإجهاد والتوتر.	يطبق الإستراتيجيات التي تساعد على التحكم في الإجهاد والتوتر، ويطبق مهارات التكيف للتأقلم مع الظروف الصعبة.	يطبق الإستراتيجيات التي تساعد على التحكم في الإجهاد والتوتر، وتحديد علامات الاضطرابات النفسية بما في ذلك المخاطر التي تؤدي إلى الاكتئاب، ويطبق مهارات التكيف للتأقلم مع الظروف الصعبة.
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية	يستعرض بعض الأنواع من المنشطات التي تؤثر في الجسم مثل: (الهرمونات البنائية، الاحماض الامنية، المكملات الغذائية...) بمساعدة المعلم.	يستعرض بعض الأنواع من المنشطات التي تؤثر في الجسم مثل: (الهرمونات البنائية، الاحماض الامنية، المكملات الغذائية...).	يعرض على لأقران بعض الأنواع من المنشطات التي تؤثر في الجسم مثل: (الهرمونات البنائية، الاحماض الامنية، المكملات الغذائية...).	يحذر الأقران من بعض أنواع المنشطات التي تؤثر في الجسم مثل: (الهرمونات البنائية، الاحماض الامنية، المكملات الغذائية...).
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يظهر صعوبة في الحصول على المعلومات الطبية الدقيقة عن التربية الجسدية الشاملة وعن النمو والتطور والتي يتلقاها من مصادر موثوقة مثل: (الأسرة، والعاملين في المدرسة، واختصاصي الصحة، ومسؤولين آخرين من البالغين).	يظهر القدرة في الحصول على المعلومات الطبية الدقيقة عن التربية الجسدية الشاملة وعن النمو والتطور بمساعدة المعلم.	يظهر القدرة في الحصول على المعلومات الطبية الدقيقة عن التربية الجسدية الشاملة وعن النمو والتطور والتي يتلقاها من مصادر موثوقة مثل: (الأسرة، والعاملين في المدرسة، واختصاصي الصحة، ومسؤولين آخرين من البالغين).	يحلل المعلومات الطبية الدقيقة عن التربية الجسدية الشاملة وعن النمو والتطور، والتي يتلقاها من مصادر موثوقة مثل: (الأسرة، والعاملين في المدرسة، واختصاصي الصحة، ومسؤولين آخرين من البالغين).



## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الثامن):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
الجامعة والاستعداد للمهنة		يوضح الاتجاهات المحتملة في التوظيف في مجال اللياقة البدنية والصحة بمساعدة المعلم.	يوضح الاتجاهات المحتملة في التوظيف في مجال اللياقة البدنية والصحة.	يوضح الاتجاهات المحتملة في التوظيف في مجال اللياقة البدنية والصحة، ويعرضها على اقرانه من خلال العرض التقديمي.	يستخدم وسائل الإعلام، والمقابلات، ...إلخ. لتحديد البحث عن المؤهلات والشهادات المطلوبة للمهن في مجال اللياقة البدنية والصحة ويشارك بها مع اقرانه.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (التاسع):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية		يستخدم بصعوبة النماذج والحركات في مواقف اللعب المختلفة.	يستخدم النماذج والحركات المركبة في مواقف اللعب المختلفة بمساعدة المعلم.	يستخدم النماذج والحركات المركبة في مواقف اللعب المختلفة.	يوظف النماذج والحركات المركبة في مواقف اللعب المختلفة.
اللياقة البدنية		يظهر معرفة بعنصر من عناصر اللياقة البدنية ويشارك بأنشطة رياضية تنميها ويحافظ عليها.	يظهر معرفة بعنصرين من عناصر اللياقة البدنية ويشارك بأنشطة رياضية تنميها ويحافظ عليهما.	يظهر معرفة بثلاثة من عناصر اللياقة البدنية ويشارك بأنشطة رياضية تنميها ويحافظ عليهم.	يظهر معرفة بأكثر من ثلاثة عناصر للياقة البدنية ويشارك بأنشطة رياضية ينميها ويحافظ عليها.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية		يجد بعض الصعوبات في تحديد أولويات الممارسة لنوع النشاط الرياضي الذي يرفع مستوى الكفاءة البدنية والفسولوجية.	يحدد أولويات لممارسة نوع النشاط الرياضي الذي يرفع مستوى الكفاءة البدنية والفسولوجية بمساعدة المعلم.	يحدد أولويات لممارسة نوع النشاط الرياضي الذي يرفع مستوى الكفاءة البدنية والفسولوجية.	يصنف نوع النشاط الرياضي المناسب الذي يرفع من مستوى الكفاءة البدنية والفسولوجية.
المفاهيم والإستراتيجيات		يستخدم أحد المصادر (الذات والزميل والمعلم والتكنولوجيا) لمراقبة التحسينات على إستراتيجيات الأداء الحركي.	يستخدم مصادر متنوعة (الذات والزميل والمعلم والتكنولوجيا) لمراقبة التحسينات على إستراتيجيات الأداء الحركي.	يتميز بين أفضل المصادر المتنوعة (الذات والزميل والمعلم والتكنولوجيا) لمراقبة التحسينات على إستراتيجيات الأداء الحركي وللآخرين.	يحلل المصادر المتنوعة (الذات والزميل والمعلم والتكنولوجيا) لمعرفة مدى تأثيرها في تحسين إستراتيجيات الأداء الحركي للذات وللآخرين.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات		يجد صعوبة في تولي أدوار القيادة في وضع القواعد ويلتزم بقواعد النشاط الخاص، وممارسات السلامة.	يتولى أدوار القيادة في وضع القواعد في الصف، ويلتزم بقواعد النشاط الخاص، وإجراءات وممارسات السلامة بمساعدة المعلم.	يتولى أدوار القيادة في وضع القواعد في الصف، ويلتزم بقواعد النشاط الخاص، وإجراءات وممارسات السلامة.	يتولى أدوار القيادة في وضع القواعد في الصف، ويلتزم بقواعد النشاط الخاص، وإجراءات وممارسات السلامة؛ ويظهر أدبًا وروحًا رياضية جيدة في مجموعة متنوعة من أماكن النشاط الرياضي.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (التاسع):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم	يصف بصعوبة التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث في مختلف المراحل العمرية.	يصف التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث في مختلف المراحل العمرية.	يحلل التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث في مختلف المراحل العمرية.	يحلل ويعرض على أقرانه التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث في مختلف المراحل العمرية.
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يطبق بصعوبة اثنين من مهارات التواصل مع العائلة، والرفاق، والآخرين.	يطبق بشكل ملحوظ أكثر من ثلاثة من مهارات التواصل مع العائلة، والرفاق، والآخرين.	قادر على حل مشاكل التواصل بفعالية مع العائلة، والرفاق، والآخرين.	يحلل ويطبق مهارات التواصل بفعالية مع العائلة، والرفاق، والآخرين.
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية	يجد صعوبة في تعريف المشاكل الصحية والأمراض التي يمكن الوقاية منها أو معالجتها مبكرًا مثل: (السمنة، السكري من النوع الثاني، أمراض القلب، هشاشة العظام).	يعرّف المشاكل الصحية والأمراض التي يمكن الوقاية منها أو معالجتها مبكرًا مثل: (السمنة، السكري من النوع الثاني، أمراض القلب، هشاشة العظام) بمساعدة المعلم.	يعرّف المشاكل الصحية والأمراض التي يمكن الوقاية منها أو معالجتها مبكرًا مثل: (السمنة، السكري من النوع الثاني، أمراض القلب، هشاشة العظام).	يعرّف ويحلل المشاكل الصحية والأمراض التي يمكن الوقاية منها أو معالجتها مبكرًا مثل: (السمنة، السكري من النوع الثاني، أمراض القلب، هشاشة العظام).
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يجد صعوبة في الحصول على المصادر التي توفر المعلومات والخدمات الصحية الموثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع.	يحصل على المصادر التي توفر المعلومات والخدمات الصحية الموثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع بمساعدة المعلم.	يحصل على المصادر التي توفر المعلومات والخدمات الصحية الموثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع.	يقيم المصادر التي توفر المعلومات والخدمات الصحية الموثوقة من البيت، والمدرسة، والمجتمع لنفسه وللآخرين.
الجامعة والاستعداد للمهنة	يجد صعوبة في تحديد المواقع التي تحتاج إلى مختصين باللياقة البدنية والصحة.	يحدد المواقع التي تحتاج إلى مختصين باللياقة البدنية والصحة بمساعدة المعلم.	يحدد المواقع التي تحتاج إلى مختصين باللياقة البدنية والصحة.	يحدد المواقع التي تحتاج إلى مختصين باللياقة البدنية والصحة في مجتمعات مختلفة لديها نقص في خدمات عديدة.



## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (العاشر):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية	يظهر قدرة محدودة على أداء مهارة متقدمة في الأنشطة الرياضية المختارة.	يظهر قدرة على أداء واحدة من المهارات المتقدمة في الأنشطة الرياضية المختارة.	يظهر قدرة على أداء اثنين أو ثلاثة من المهارات المتقدمة في الأنشطة الرياضية المختارة.	يظهر قدرة على أداء أربعة أو خمسة من المهارات المتقدمة في الأنشطة الرياضية المختارة.
اللياقة البدنية	يختار نشاطاً رياضياً للمحافظة على لياقته الشخصية المرتبطة بالصحة أو تطويرها إذا طلب إليه ذلك.	يبادر باختيار نشاطاً رياضياً للمحافظة على لياقته الشخصية المرتبطة بالصحة أو تطويرها.	يختار أنشطة رياضية للمحافظة على لياقته الشخصية المرتبطة بالصحة أو تطويرها وقيمها بمساعدة المعلم.	يختار وقيم بشكل مستقل، أنشطة رياضية للمحافظة على لياقته الشخصية المرتبطة بالصحة أو تطويرها ويستخدم نتائج تقييم اللياقة لإجراء تعديلات على برامجها الشخصية للنشاط الرياضي.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	يشارك وبشكل محدود، في بعض الأنشطة الرياضية التي تساعد على تطوير وتنمية مستوى اللياقة البدنية.	يشارك في بعض الأنشطة الرياضية التي تساعد على تطوير وتنمية مستوى اللياقة البدنية.	ينخرط في مجموعة من الأنشطة الرياضية ذات الأهداف الشخصية، والتي تساعد على تطوير وتنمية مستوى اللياقة البدنية.	يحلل وينخرط باستمرار في مجموعة من الأنشطة الرياضية ذات الأهداف الشخصية، والتي تساعد على تطوير وتنمية مستوى اللياقة البدنية.
المفاهيم والإستراتيجيات	يظهر بعض المعرفة بكيفية التعامل مع قواعد وتعليمات السلامة لحالات الحركة المختلفة بمساعدة المعلم.	يظهر معرفة بكيفية التعامل مع قواعد وتعليمات السلامة لحالات الحركة المختلفة.	يظهر معرفة إجراء تعديل منطقي على قواعد وتعليمات السلامة لحالات الحركة المختلفة.	يظهر معرفة كبيرة بكيفية تعديل قواعد وتعليمات السلامة لحالات الحركة المختلفة.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	يظهر معرفة محدودة بمهارات القيادة والتعاون من أجل إنجاز أهداف أنشطة رياضية مختلفة.	يظهر معرفته ببعض مهارات القيادة والتعاون من أجل إنجاز أهداف أنشطة رياضية مختلفة.	ينفذ ويستخدم مهارات القيادة والتعاون من أجل إنجاز أهداف أنشطة رياضية مختلفة.	يطبق مهارات القيادة والتعاون من أجل إنجاز أهداف أنشطة رياضية مختلفة.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم	يضع خططاً جزئية للمشاركة في الأنشطة الرياضية المختلفة على أساس المتعة ومشاعر الإنجاز الإيجابية في الحياة اليومية.	يضع خططاً تمهيدية للمشاركة في الأنشطة الرياضية المختلفة على أساس المتعة ومشاعر الإنجاز الإيجابية في الحياة اليومية.	يتخذ القرارات وينفذ الخطط للمشاركة في الأنشطة الرياضية المختلفة على أساس المتعة ومشاعر الإنجاز الإيجابية في الحياة اليومية.	يظهر كفاءة في اتخاذ القرارات وتنفيذ الخطط للمشاركة في الأنشطة البدنية المختلفة على أساس المتعة ومشاعر الإنجاز الإيجابية في الحياة اليومية.
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يعدد المشاعر الإيجابية والسلبية، ويبين أثرها في السلوك.	يدرك المشاعر الإيجابية والسلبية وأثرها في السلوك، ويطبق مهارات التواصل لتعزيز العلاقات الصحية.	يحدد المشاعر الإيجابية والسلبية ويحلل أثرها في السلوك، ويميز بين مهارات التواصل لتعزيز العلاقات الصحية.	يحدد ويصف المشاعر الإيجابية والسلبية ويحلل أثرها في السلوك، ويقارن ويميز بين مهارات التواصل الفعالة لتعزيز العلاقات الصحية.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (العاشر):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية		يحدد بصعوبة أسباب انتقال وأعراض الأمراض المعدية وغير المعدية والحملات التي تعزز الرعاية الأسرية.	يحدد أسباب، انتقال وأعراض الأمراض المعدية وغير المعدية ويدرك الحملات التي تعزز الرعاية الأسرية.	يحدد ويناقش أسباب انتقال وأعراض الأمراض المعدية وغير المعدية وينخرط مع الآخرين في الإعداد للحملات التي تعزز الرعاية الأسرية.	يناقش ويبحث أسباب انتقال وأعراض وأساليب الوقاية من الأمراض المعدية وغير المعدية وينفذ الحملات التي تعزز الرعاية الأسرية.
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية		يعدد إيجابيات وسلبيات التأثيرات الداخلية والخارجية لتبني سلوك صحي إيجابي.	يدرك إيجابيات وسلبيات التأثيرات الداخلية والخارجية لتبني سلوك صحي إيجابي.	يبدأ بتحليل إيجابيات وسلبيات التأثيرات الداخلية والخارجية لتبني سلوك صحي إيجابي.	يحلل بفاعلية إيجابيات وسلبيات التأثيرات الداخلية والخارجية لتبني سلوك صحي إيجابي.
الجامعة والاستعداد للمهنة		يحدد بصعوبة مختلف الوظائف في مجالي اللياقة البدنية والصحة.	يحدد مختلف الوظائف في مجالي اللياقة البدنية والصحة.	يقارن بين مختلف الوظائف في مجالي اللياقة البدنية والصحة.	يقارن ويميز بين مختلف الوظائف في مجالي اللياقة البدنية والصحة.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الحادي عشر):

المحاور	مستويات الأداء	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية		يظهر معرفة محدودة من المهارات الحركية المركبة في الأنشطة الفردية والجماعية المختارة.	يظهر بعض المعرفة في المهارات الحركية المركبة في الأنشطة الفردية والجماعية المختارة.	يطبق ويشارك مع أقرانه في تنفيذ المهارات الحركية المركبة في الأنشطة الفردية والجماعية المختارة.	يتقن ويساعد أقرانه في تعليم المهارات الحركية المركبة في الأنشطة الفردية والجماعية المختارة.
اللياقة البدنية		يطبق أحياناً برامج صحية ذاتية مبنية على المعلومات التي حصل عليها من خلال تقييم مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	يطبق برامج صحية ذاتية مبنية على المعلومات التي حصل عليها من خلال تقييم مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	يطبق برامج صحية ذاتية ومع الآخرين مبنية على المعلومات التي حصل عليها من خلال تقييم مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	يطبق باستمرار برامج صحية ذاتية ومع الآخرين مبنية على المعلومات التي حصل عليها من خلال تقييم مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية		يطبق أحياناً العناصر الأساسية لمفاهيم النشاط الرياضي وصولاً إلى التصاعدي لأشكال التدريب.	يطبق ويقيم بشكل مستمر العناصر الأساسية لمفاهيم النشاط الرياضي وصولاً إلى الزيادة التصاعدي لأشكال التدريب.	يطبق ويقيم ويحلل العناصر الأساسية لمفاهيم النشاط الرياضي وصولاً إلى الزيادة التصاعدي لأشكال التدريب.	يطبق باستمرار العناصر الأساسية لمفاهيم النشاط الرياضي وصولاً إلى الزيادة التصاعدي لأشكال التدريب.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الحادي عشر):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المفاهيم والإستراتيجيات	يصف بصعوبة الأداء المهاري للاعب في لعبة محددة بهدف تطوير أدائه.	يصف الأداء المهاري للاعب في لعبة محددة بهدف تطوير أدائه.	يصف ويحلل الأداء المهاري للاعب في لعبة محددة بهدف تطوير أدائه.	يحلل ويعرض الأداء المهاري للاعب في لعبة متخصصة بهدف تطوير أدائه.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	يبادر أحياناً في استخدام المهارات المناسبة لحل بعض الخلافاً بسلام.	يبادر إلى استخدام المهارات المناسبة لحل معظم الخلافاً بسلام.	يبادر إلى استخدام المهارات المناسبة لحل جميع الخلافاً بسلام.	يبادر باستمرار إلى استخدام المهارات المناسبة لحل جميع الخلافاً بسلام وتشجيع الآخرين على القيام بالمثل.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم	يجرب أحياناً الأنشطة الرياضية الجديدة كجزء من خطة التطوير البدنية مع اجتهاد كبير.	يجرب الأنشطة الرياضية الجديدة كجزء من خطة التطوير البدنية.	يجرب ويقرر الأنشطة الرياضية الجديدة كجزء من خطة التطوير البدنية.	يجرب يقرر دائماً الأنشطة الرياضية الجديدة كجزء من خطة التطوير البدنية.
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يصف أحياناً التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث على مدى الحياة خلال المراحل العمرية.	يصف التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث على مدى الحياة خلال المراحل العمرية.	يصف ويحلل التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث على مدى الحياة خلال المراحل العمرية.	يصف ويحلل ويعرض التغيرات الجسدية والعقلية والعاطفية التي تحدث على مدى الحياة خلال المراحل العمرية.
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية	يحدد تأثير الملوثات المختلفة، والمبيدات الحشرية، والتفاعل البشري مثل: (الصرف الصحي) على المحاصيل والإمدادات الغذائية.	يصف تأثير الملوثات المختلفة، والمبيدات الحشرية، والتفاعل البشري مثل: (الصرف الصحي) على المحاصيل والإمدادات الغذائية.	يختبر تأثير الملوثات المختلفة، والمبيدات الحشرية، والتفاعل البشري مثل: (الصرف الصحي) على المحاصيل والإمدادات الغذائية.	يختبر تأثير الملوثات المختلفة، والمبيدات الحشرية، والتفاعل البشري مثل: (الصرف الصحي) على المحاصيل والإمدادات الغذائية، ويقترح الحلول الممكنة للحد من مخاطر المشاكل الصحية.
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يدرك بصعوبة التحيز في المعلومات المرتبطة بالصحة واللياقة البدنية التي تروج لها وسائل الإعلام.	يحدد التحيز في المعلومات المرتبطة بالصحة واللياقة البدنية التي تروج لها وسائل الإعلام بمساعدة المعلم.	يحدد التحيز في المعلومات المرتبطة بالصحة واللياقة البدنية التي تروج لها وسائل الإعلام.	يحدد ويحلل التحيز في المعلومات المرتبطة بالصحة واللياقة البدنية التي تروج لها وسائل الإعلام.
الجامعة والاستعداد للمهنة	يعد بصعوبة المهارات والمؤهلات الضرورية للمهن في اللياقة البدنية والصحة.	يحدد بعض المهارات والمؤهلات الضرورية للمهن في اللياقة البدنية والصحة.	يعد المهارات والمؤهلات الضرورية للمهن في اللياقة البدنية والصحة.	يعد ويحلل المهارات والمؤهلات الضرورية للمهن في اللياقة البدنية والصحة.

## تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الثاني عشر):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
المهارات الحركية	يستخدم بصعوبة التصور الذهني للأداء الرياضي.	يستخدم التصور الذهني للأداء الرياضي بمساعدة المعلم.	يستخدم التصور الذهني للأداء الرياضي بشكل مستقل.	يستخدم ويزيد بشكل مستمر ومستقل قدرته على التصور الذهني للأداء الرياضي.
اللياقة البدنية	يحدد مستوى اللياقة البدنية اللازمة من أجل تحقيق أفضل نتائج وتعزيز صورة ذاتية إيجابية.	يحلل مستوى اللياقة البدنية اللازمة من أجل تحقيق أفضل النتائج وتعزيز صورة ذاتية إيجابية.	يحلل ويظهر مستوى اللياقة البدنية اللازمة من أجل تحقيق أفضل النتائج وتعزيز صورة ذاتية إيجابية.	يحلل ويظهر ويزيد مستوى اللياقة البدنية اللازمة من أجل تحقيق أفضل النتائج وتعزيز صورة ذاتية إيجابية.
الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	يستخدم التكنولوجيا لتحديد نقاط القوة والضعف ووضع الأهداف.	يستخدم التكنولوجيا لتحديد نقاط القوة والضعف، ووضع الأهداف، وتصميم برنامج مناسب.	يستخدم التكنولوجيا لتحديد نقاط القوة والضعف، ووضع الأهداف، ومراقبة التقدم في عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	يستخدم دائما التكنولوجيا لتحديد نقاط القوة والضعف، ووضع الأهداف، وتصميم برنامج مناسب، ومراقبة التقدم في عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.
المفاهيم والإستراتيجيات	يقيم بصعوبة الذات وأداء الزملاء من خلال الملاحظة المباشرة.	يقيم الذات وأداء الزملاء من خلال الملاحظة المباشرة، أو شرائط (الفيديو) المسجلة.	يقيم الذات وأداء الزملاء من خلال الملاحظة المباشرة، أو شرائط (الفيديو) المسجلة، ويعطي مقترحات مناسبة للتحسين.	يقيم باستمرار الذات وأداء الزملاء من خلال الملاحظة المباشرة، أو شرائط (الفيديو) المسجلة، ويعطي مقترحات مناسبة للتحسين.
السلوك المسؤول واحترام الاختلافات	يدرك مشاكل الأداء الشخصية دون إلقاء اللوم على الآخرين.	يحدد مشاكل الأداء الشخصية دون إلقاء اللوم على الآخرين.	يقيم مشاكل الأداء الشخصية دون إلقاء اللوم على الآخرين.	يقيم مشاكل الأداء الشخصية دون إلقاء اللوم على الآخرين لتطوير الأداء.
النشاط البدني، والغذاء وأجهزة الجسم	يصف عدداً قليلاً من التغيرات الجسدية النفسية والعاطفية التي تحدث خلال حياته، منذ الولادة وحتى الموت، بما في ذلك أسباب المشاكل مثل: (العقم) وحلول القضايا الصحية المختلفة مثل: (العلاج الهرموني).	يصف التغيرات الجسدية النفسية والعاطفية التي تحدث خلال حياته، منذ الولادة وحتى الموت، بما في ذلك أسباب المشاكل مثل: (العقم) وحلول القضايا الصحية المختلفة مثل: (العلاج الهرموني).	يصف ويحلل ويناقش التغيرات الجسدية النفسية والعاطفية التي تحدث خلال حياته، منذ الولادة وحتى الموت، بما في ذلك أسباب المشاكل مثل: (العقم) وحلول القضايا الصحية المختلفة مثل: (العلاج الهرموني).	يصف ويحلل ويناقش التغيرات الجسدية النفسية والعاطفية التي تحدث خلال حياته، منذ الولادة وحتى الموت، بما في ذلك أسباب المشاكل مثل: (العقم) وحلول القضايا الصحية المختلفة مثل: (العلاج الهرموني).
الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	يطبق بصعوبة بعض مهارات التواصل الفعال مع الأسرة والأقران وغيرهم.	يطبق بعض مهارات التواصل الفعال مع الأسرة والأقران وغيرهم.	يطبق مهارات التواصل الفعال الضرورية مع الأسرة والأقران وغيرهم.	يطبق بدقة مهارات التواصل الفعال الضرورية مع الأسرة والأقران وغيرهم.
الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية	يصف العوامل التي تزيد من خطر الإصابة بالأمراض المعدية والأمراض غير المعدية.	يحلل العوامل التي تزيد من خطر الإصابة بالأمراض المعدية والأمراض غير المعدية.	يجري أبحاثاً عن العوامل التي تزيد من خطر الإصابة بالأمراض المعدية والأمراض غير المعدية.	يجري أبحاثاً ويحلل ويعرض العوامل التي تزيد من خطر الإصابة بالأمراض المعدية والأمراض غير المعدية.

تابع/معايير الأداء بحسب الصف/التربية البدنية: الصف: (الثاني عشر):

مستويات الأداء المحاور	1 - دون المستوى بكثير الطالب المشمول ضمن المستوى (1) يمكنه أن:	2 - دون المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (2) يمكنه أن:	3 - ضمن المستوى الطالب المشمول ضمن المستوى (3) يمكنه أن:	4 - مستوى متقدم الطالب المشمول ضمن المستوى (4) يمكنه أن:
الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	يصف بصعوبة دور التكنولوجيا في مساعدتنا على التحكم في صحتنا وعافيتنا.	يصف دور التكنولوجيا في مساعدتنا على التحكم في صحتنا وعافيتنا.	يصف ويقيم دور التكنولوجيا في مساعدتنا على التحكم في صحتنا وعافيتنا.	يصف ويقيم ويعرض للآخرين دور التكنولوجيا في مساعدتنا على التحكم في صحتنا وعافيتنا.
الجامعة والاستعداد للمهنة	يحدد أحياناً الاتجاهات في مجالي اللياقة البدنية والصحة.	يحدد الاتجاهات في مجالي اللياقة البدنية والصحة.	يحدد الاتجاهات في مجالي اللياقة البدنية والصحة ويلاحظ الأماكن التي يحتمل فيها وجود وظائف.	يحدد الاتجاهات في مجالي اللياقة البدنية والصحة ويلاحظ الأماكن التي يحتمل فيها وجود وظائف وينصح وينصح أقرانه بذلك.

# التربية البدنية والصحية

توصيات بشأن التطبيق





## تخصيصات الوقت الجدول (8): تخصيصات الوقت (ساعات لكل أسبوع):

إجمالي مادة التربية البدنية والصحية	إجمالي الثانوي	12	11	10	إجمالي ح 2	9	8	7	6	إجمالي ح 1	5	4	3	2	1	k	الصفوف
42	9	3	3	3	12	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	3	عدد الساعات / الاسبوعية
1162	249	81	81	81	332	81	81	81	81	415	81	81	81	81	81	81	عدد الساعات / السنوية

### التخطيط للدرس الفعالة:

لتحقيق أكبر قدر من إمكانية تعلم الطلبة للمعايير ونواتج التعلم التي يشتمل عليها هذا الإطار، على المعلمين أن يخططوا لدرس فعالة. ونوصي بأن يولي المعلمون عناية خاصة بما يلي، وتطبيقه على كل درس من الدروس قبل البدء بتدريسه:

- محتوى الفني للدرس: أي ما هي المهارات أو المفاهيم التي يتم تطويرها أو إتقانها نتيجة للدرس؟ وعادة ما يقوم المعلمون الذين يخططون لدرس فعالة ببدء عملية التخطيط بسؤال أنفسهم من خلالها "ما الذي أتوقع من طلابي أن يعرفوه أو أن يكونوا قادرين على القيام به مع نهاية هذا الدرس؟".
- الهدف من الدرس: أي ما هي الوسائط، والمواد الدراسية، والمفاهيم (الفنية أو العملية أو التاريخية)، أو الموضوعات التي سيتم التطرق إليها أثناء الدرس.
- دليل على نجاح الدرس: أي الدليل المدروس على الأداءات المقنعة بالنسبة للمدرس (وأي مراقب خارجي)، والتي تشير إلى أن معظم الطلبة، إن لم يكن جميع الطلبة قد أنجزوا الهدف الموضوع من قبل المعلم. وعادة ما يأخذ هذا الدليل شكل المهمة التي يطلب إلى الطلبة أدائها، ويحكم على النتائج وفقاً لقاعدة محددة.
- البدء والإنهاء: أي التوقف بعد التخطيط المذكور أعلاه، والتخطيط الدقيق لما سيقوم المعلم باستخدامه خلال الدقائق الخمس الأولى من الدرس، ووضع مخطط دقيق حول التلخيص الذي سينتهي به الدرس والإعلام بما سيتم في اليوم التالي.
- الملاحظات والفروق الدقيقة: أي مجموعة الملاحظات التذكيرية المتعلقة بالمفردات، والروابط، والأخطاء الشائعة، والمفاهيم الخطأ المعتادة الواجب أخذها بعين الاعتبار قبل البدء بالدرس، وإبقاؤها نصب الأعين خلال الدرس.
- الموارد: أي ما هي المواد والموارد الأساسية التي يحتاج إليها الطلبة ليكملوا مهام الدرس وأنشطته بنجاح.
- الواجبات البيئية: أي ما هي مهام المتابعة البيئية، والواجبات التمهيدية، و/أو التدريبات التي يطلب إلى الطلبة إنجازها بعد إتمام الدرس.
- تأملات ما بعد الدرس: أي الأفكار التي لا بد أن تخطر ببال المعلم في صيغة "ماذا لو حدث كذا..."، كي يستفيد منها في التخطيط للدرس التالي.

يمكن تخطيط الدروس التي تضم هذه السمات باستخدام نموذج تخطيط الدرس المبين أدناه:  
**الجدول (9): نموذج تخطيط الدرس:**

الوحدة:	الموضوع:
هدف الدرس أو غايته: ما هي الفكرة الرئيسة للدرس وغاياته؟ الفكرة الرئيسة: الهدف: • الهدف:	
بنية الدرس: المهام والأنشطة (إرفاق أوراق العمل و/أو الشرائح) • •	
ملاحظات ابتداء الدرس:	ملاحظات إنهاء الدرس:
الملاحظات والفروق الدقيقة: المفردات، الروابط، الأخطاء الشائعة، المفاهيم الخاطئة المعتادة، ... إلخ.	
دليل نجاح/ تقييم: هل تعلم الطلبة ما كان متوقعًا منهم في نهاية الدرس، وكيف سأعلم ذلك؟	
الموارد:	واجب بيتي:
تأملات ما بعد الدرس:	

**الجدول (10): نموذج درس رقم (1):**

المجال: التربية الصحية.
المحور: اللياقة البدنية والغذاء وأنظمة الجسم.
معيار التعلم: يظهر فهمًا لأهمية النشاط الرياضي والغذاء الجيد للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم مدى الحياة.
نتائج التعلم للصف الأول: يصف سلوكيات يومية تساعد على المحافظة على الصحة الجيدة مثل: (تناول الأطعمة الصحية المتوازنة، وممارسة نشاط بدني بانتظام، وغسل اليدين، وتنظيف الأسنان، والحصول على قسط كافٍ من النوم، وارتداء واقٍ من الشمس).
التطبيق: يناقش المعلم مع طلابه السلوكيات الصحية اليومية التي يجب اتباعها للمحافظة على صحة جيدة وقوام سليم يمكن الاستعانة (بالإنترنت) أو بمراجع من مكتبة المدرسة لتعرف على مواصفات الغذاء الصحي، والتمارين الرياضية، والعادات الصحية، والملابس المناسبة للحالة الجوية). يتم الاتفاق على معايير موحدة للمحافظة على الصحة والقوام السليم. من تلك المعايير، يتم إعداد سجل ليستخدمه كل طالب ليراقب سلوكياته اليومية الصحية. سيسجل كل طالب سلوكياته اليومية الصحية والبيانات الخاصة به مثل (وجبات الطعام ومكوناتها، والنشاط الرياضي الذي يمارسه، والعادات الصحية، وساعات النوم، والملابس التي يرتديها) لمدة شهر. في نهاية الشهر، سيستطيع تعرف سلوكياته الخاطئة، ويعدّ خطة لتصحيح ممارساته الخاطئة على أساس المعايير المثالية المتفق عليها. يجب إعادة هذا التمرين مرة أخرى قبل نهاية المدة المحددة لمعرفة ما إذا أظهرت البيانات تحسنًا ملحوظًا في صحتهم.
مهارات القرن الحادي والعشرين: سيستخدم الطالب الإستراتيجيات الأساسية الثلاث - التفكير، والأسباب، والبدايل - للتفكير الناقد والشروع بدمج هذه المهارات في مشكلته و إيجاد الحلول لها. بالإضافة إلى ذلك، سيتعلم الطالب كلاً من مهارات الاتصال، ومعرفة كيفية تطبيق التكنولوجيا بفعالية عن طريق جمع البيانات وتحليلها، وتحديد الأهداف، وإدارة الوقت، وتحمل مسؤولية النتائج.

## الجدول (11): نموذج درس رقم (2):

المجال: التربية الصحية.
المحور: الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال.
معيارتعلم: يتقن المهارات الضرورية لبناء علاقات صحية مع العائلة والأقران وكيفية تجنب الخلافات.
نتائج التعلم للصف السادس: يعرض إستراتيجيات للوقاية من الخلاف وإدارته وحله بطرائق صحية، وتحديد الأشخاص البالغين والأصدقاء الذين يثق بهم، لتقديم المساعدة في الوقت المناسب.
التطبيق: يقسم المعلم طلاب الصف إلى مجموعات صغيرة تتكون من (3 - 4) طلاب. يطلب إلى كل مجموعة التعاون فيما بينها للقيام بالمهمة المطلوبة منها، وتحديد مهمة لكل عضو في المجموعة. يجب أن تكون المهام الموكلة للمجموعات مختلفة عن بعضها بعضاً؛ قد تكون المهام: تعريف ووصف أنواع العلاقات سواء كانت علاقات عائلية أو بين الأقران. اقتراح أمثلة عن الخلافات التي يمكن أن تنشأ بين الأفراد. اقتراح حلول للخلافات. تحديد الأشخاص الذين يمكن اللجوء إليهم لحل الخلاف. بالإضافة إلى إيجاد أمثلة حول كيفية تجنب الخلاف الذي قد يؤدي إلى العنف وخلال العمل، سيتلقى الطلبة إرشادات تمكنهم من تبادل النتائج التي توصلوا إليها مع بعضهم البعض. يوجه المعلم الطلبة إلى الاستعانة بمصادر متنوعة من المعلومات، مثل اللجوء إلى مكتبة المدرسة أو (الإنترنت) للبحث وتحديد كيف ينبغي للعلاقات أن تكون بأشكالها الصحية أو لا تكون. يطلب إلى كل مجموعة تحضير عرض شامل على شكل شرائح لتقديم النتائج التي توصلت إليها. في النهاية ستعقد جلسة نقاش تتكون من أسئلة وأجوبة وبعد ذلك سيتمكن الطلبة من تصنيف ونشر قائمة "أفضل الممارسات" للمدرسة.
مهارات القرن الحادي والعشرين: يناسب هذا النشاط الطلبة في المرحلة الدراسية المتوسطة. وسيتعلمون من خلاله كيفية تشكيل الفريق والعمل والتواصل من خلاله، وتحديد الأهداف، ووضع الجدول الزمني، وتقسيم العمل ومراقبته. كما سيتعين عليهم معرفة كيفية أداء التحليل الناقد للمشكلة وإيجاد حلول لها؛ وكيفية استخدام التقنيات التكنولوجية بفعالية تامة، وامتلاك ميزة الإبداع والابتكار في تصميم وعرض مشاريعهم.

## الجدول (12): نموذج درس رقم (3):

المجال: التربية الصحية.
المحور: الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة البيئية.
معيارتعلم: يظهر القدرة على الدعوة للصحة الشخصية والعائلية والمجتمعية.
نتائج التعلم للصف التاسع: يتعاون في العمل من أجل الدعوة لمجتمعات صحية (مثل الأشخاص الذين لا تتوفر لهم مصادر مياه صحية، وإمكانية الوصول إلى الرعاية الطبية، وغيرها).
التطبيق: سيعمل الطلبة من خلال مجموعات صغيرة على إجراء بحث في موضوع الحملات الصحية العامة المختلفة، وسيختار كل فريق المراجع التي سيستعين به لإجراء البحث سواء كانت إلكترونية أو غيرها.
مهارات القرن الحادي والعشرين: سيحتاج الطلبة هنا إلى ممارسة مهارات العمل ضمن الفريق والقيادة، والاستعانة بالتكنولوجيا ومصادر المعلومات المختلفة لإجراء البحوث، وحل المشكلات، بالإضافة إلى التواصل وإيجاد الطرائق لتطوير حلولهم للقضية الصحية العامة في الصف. سيحتاج الطلبة أيضاً إلى العمل في فرقٍ متنوعة، وتحديد أهدافهم والنتائج والجدول الزمنية؛ كما أنهم سيستخدمون المبادرة والإنتاجية والمساءلة سوف يحتاج الطلبة أيضاً إلى تحليل المنتجات الإعلامية الحالية وإيجاد منتجاتهم الخاصة، وذلك بهدف نشر وإبراز مشاكلهم وحلولها.

## الجدول (13): نموذج درس رقم (4):

المجال: التربية البدنية.
المحور: المهارات الحركية. تطبيق المفاهيم والإستراتيجيات. السلوك المسؤول واحترام الاختلافات.
معايير التعلم: يظهر كفاءة في أداء المهارات الحركية وأنماط الحركة اللازمة للمشاركة في مجموعة متنوعة من الأنشطة. يظهر استيعاباً للمفاهيم والقواعد والإستراتيجيات المتعلقة بالحركة وتطبيقها عند تعلم وأداء الأنشطة الرياضية. يظهر الرغبة في اللعب مع أي زميل في الصف، ويعترف بأوجه التشابه والاختلافات.
ناتج التعلم للصف الثالث: ينسق في أدائه بين مهارات الحركة الكبرى والدقيقة من أجل المشاركة في أنشطة مركبة لتنمية الطلاقة حركية.
التطبيق: نشاط تمهيدي - القفز المتكرر فوق الخط. اختر خطأً على الأرض؛ كم مرة يمكنك القفز فوق الخط والعودة إلى مكانك خلال 30 ثانية؟ يقوم الطفل بتكرار القفز، ويحاول تسجيل أكبر عدد ممكن من القفزات. نشاط بدني - يحمل كل طفل حبلًا ويتأكد من وضع ذراعيه والقدمين معًا، ويقفز إلى الأمام وإلى الخلف. يبدأ بتعلم مهارتين جديدتين: يستدير 360 درجة - يتقدم إلى الأمام، الذراعين جانبًا ويدور حولها، يرجع إلى الخلف ويدور حولها، ثم يرجع إلى الخلف وهكذا. استدارة متقدمة - يستدير الطالب إلى اليمين، وإلى الوسط، وإلى الشمال، بعد ذلك يحاول مرة أخرى ولكن يذهب فقط مباشرة من اليمين إلى الشمال، ويعيد التمرين مجددًا. شغل الموسيقى، وافسح المجال للأطفال للتدريب على هذا التمرين حتى يتقنوه - اطلب إلى طفلين العمل معًا للتأكد من قيامهم بالنشاط بطريقة صحيحة.
إستراتيجيات التقويم: يتم إعداد قائمة بالخطوات الصحيحة لكل مهارة، ووضعها على اللوحة، ليستخدمها الأطفال من أجل التأكد من قيامهم بالخطوات الصحيحة سواء لوحدهم أو مع زميل.
الأدوات المطلوبة للتنفيذ: حبل للقفز لكل طفل. موسيقا - تكون شعبية بالنسبة للأطفال.
أنشطة إضافية يستطيع كل طالب أن يقيس معدلات النبض في مختلف مراحل النشاط الرياضي.

## التقويم الفعال للمهارات والمعارف لاطار التعلم:

التقويم جزء لا يتجزأ من عملية التدريس، فهو يحدد ما إذا تحققت أهداف التعليم أم لا. كما يؤثر التقويم على القرارات المتعلقة بالدرجات وتحديد المستوى، والانتقال من صف إلى الذي يليه، واحتياجات التدريس والمنهاج. إضافة إلى ذلك، يدفعنا التقويم إلى طرح الأسئلة الصعبة الآتية:

- هل يمتلك الطلبة المعلومات والمعارف الأساسية عما سيتم تدريسه لهم؟
- هل نقوم بتدريس ما نعتقد بأننا ندرّسه؟
- هل يتعلم الطلبة ما يفترض بهم أن يتعلموه؟
- هل توجد طريقة أفضل لتدريس المادة الدراسية بحيث تحفّز على تحسين مستوى التعلم؟

قد يكون التقويم من أكثر جوانب عملية التدريس صعوبة، إلا أن المعرفة بكيفية تقويم الطلبة بهدف تحسين عملية التدريس يُعدّ من العناصر الرئيسة للتدريس الفعال. فهناك أهداف مختلفة لعملية التقويم، ويمكن استخدام التقويم التشخيصي أو التكويني أو النهائي بناء على الهدف المرجو. يخدم كل نوع من أنواع التقويمات غاية مختلفة، كتشخيص إعاقة مرتبطة بالتعلم، أو تحديد الطالب الذي يحتاج إلى مساعدة إضافية، أو اختيار الطلبة الذين سينتقلون إلى الصف التالي. إن المعلم الجيد يعرف متى يستخدم كل نوع من أنواع التقويم لتحسين مستوى تعلم الطلبة وعملية التدريس الخاصة به. على سبيل المثال، قد يقوم المعلم بالتقويم التشخيصي ليحدد أي المهارات التي يجب عليه التركيز عليها، ومن ثم يقوم بالتدريس الذي يركز فيه على المهارات الأضعف وتتخلله التقويمات التكوينية لقياس التقدم بشكل مستمر، ويُتبع ذلك كله بالتقويم النهائي لقياس المستوى النهائي من الإتقان المحقق. وجميع هذه الأنواع من التقويمات مفيدة، وتخدم غايات مختلفة داخل الغرفة الصفية.

### يستخدم التقويم التشخيصي بطريقتين:

أولاً: يمكن استخدامه قبل البدء بالتدريس لتحديد ما الذي يعرفه الطلبة حول الموضوع، أو ما المهارات التي يمتلكونها.

وبتحديد "الخلفية المعرفية"، يمكن للمدرسين أن يتقدموا بنجاح في جهودهم التي يبذلونها لرفع مستوى تعلم الطلبة.

وفي حال الاستمرار بعملية التدريس من دون الحصول على هذه المعلومات، قد يصاب العديد من الطلبة بالارتباك أو الإحباط. ومن شأن هذه العملية البسيطة المتمثلة بإجراء التقويم الأولي أن تحسن بشكل كبير من عمليتي التعليم والتعلم.

ثانياً: يمكن استخدام التقويمات التشخيصية في حال ظهور مشكلة ما، مثل المشاكل المتعلقة بتحديد أهداف التعلم التي لم يتمكن الطالب من إتقانها والأسباب المحتملة التي أدت إلى فشل الطالب في إتقان أهداف التعلم. على سبيل المثال، قد يجري المعلم تقويمًا تشخيصيًا ليحدد المهارات أو المفاهيم الأولية أو المحتوى الذي يفتقر إليها لطالب واللازم لوحدة دراسية محددة. وما أن يحصل المعلم على المعلومات، حتى يصبح قادرًا على التركيز على إعادة تدريس المهارات الضرورية أو تزويد الطلبة بالخلفية المعرفية التي يفتقرون إليها.

يظهر الشكل (2) نموذجًا لحلقة التعلم التي تحصل خلال التقويم التشخيصي. تبدأ الحلقة بتنفيذ المعلم للتقويم التشخيصي، الأمر الذي يساعد بدوره المعلم على:

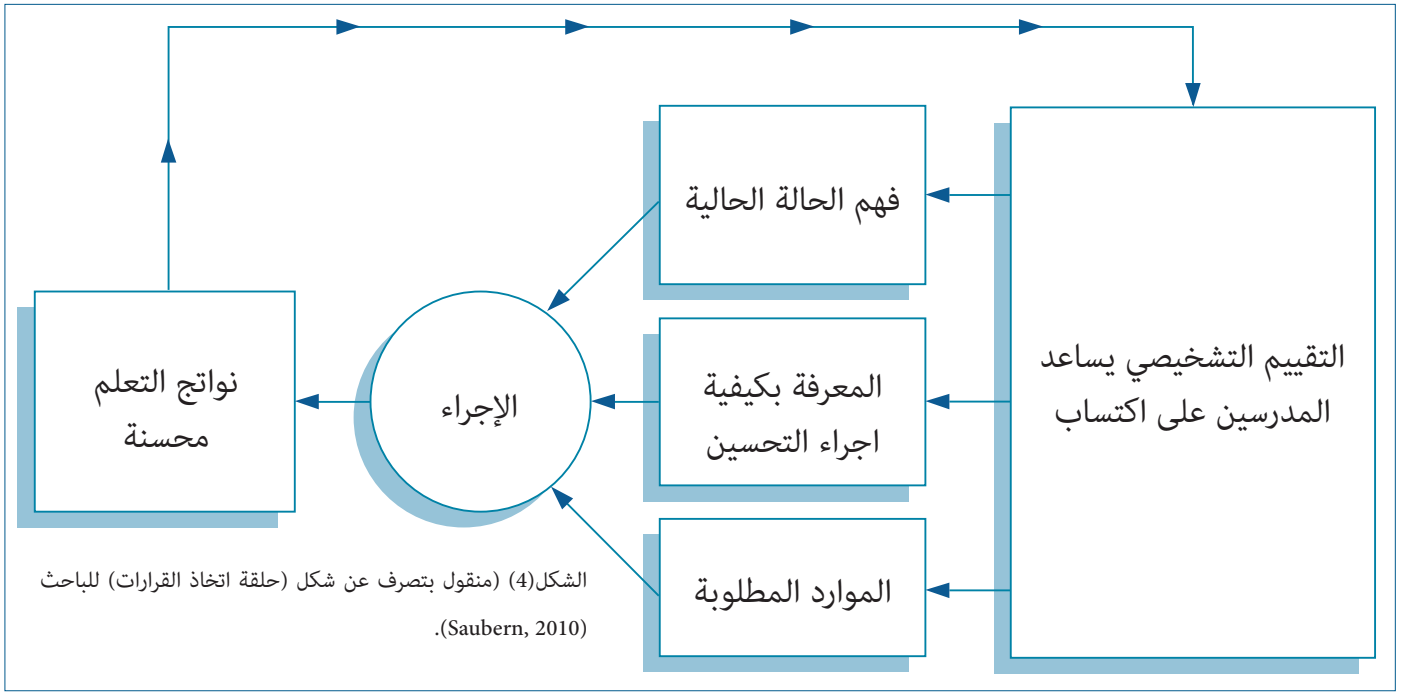
أ. اكتساب فهم أفضل لمستوى للطلبة الحالي (ما هي احتياجات الطلبة التعليمية؟).

ب. اكتساب المعرفة حول كيفية تحسين عمليتي التعليم والتعلم.

ج. تحديد الموارد المطلوبة لإحداث التغيير.

وبتوفر هذه المعلومات، يصبح المعلم مستعداً لاتخاذ الإجراء اللازم للتخطيط للعملية التربوية، وأهداف التعلم الملائمة، بهدف التمكن الأكثر فاعلية من احتياجات التعلم الخاصة بالطلبة.

#### الشكل (4): حلقة التقييم التشخيصي للتعلم:



#### التقييم لإطار التعلم - التقييم المستمر:

يعتبر إجراء التقييم المستمر في الفصول الدراسية إحدى الوسائل المهمة التي يلجأ إليها المعلم لفهم ومعرفة مدى إتقان المتعلمين للمهارات التي تُدرّس لهم وتحديد المفاهيم أو المهارات التي يواجه المتعلمين صعوبة في فهمها وإدراكها. وللتقييم المستمر سبعة جوانب مهمة هي على النحو الآتي:

- الاستمرارية: كونه يجري قبل الدرس وأثناءه وفي نهايته كذلك.
- استخدامه لمختلف أساليب التقييم: كونه لا يعتمد على الاختبارات الورقية، وإنما يُستَخدم فيه مختلف الأساليب المناسبة الأخرى كالأنشطة العملية والمشروعات والواجبات المنزلية والتقييمات الشفوية.
- تشخيصي: فهو يهدف في المقام الأول إلى تحسين وتعزيز العملية التعليمية والتعلمية، وينبغي استخدامه لمعرفة التقدم الذي يحرزه المتعلم في التعلم وكشف مواطن الضعف والقوة، وعملية الاستكشاف هذه هدفها تشخيص المواطن التي يواجه فيها المتعلم صعوبات معينة ومن ثم تقديم المساعدة له لمعالجة ذلك الضعف.

تكويني تلخيصي: يجري التقييم التكويني (التقييم من أجل التعلم) أثناء عملية التدريس، ويهدف إلى تعديل عمليتي التعليم والتعلم بهدف تحسين تحصيل الطلبة لنواتج التدريس المقصودة وبشكل أكثر تحديداً، ويجب أن تتمتع البيئة الصفية الأكثر ملاءمة للمناخ الإيجابي للتقييم التكويني، بالمكونات التالية:

1. تتداخل التقييمات عبر جميع الدروس، ويقوم المعلم بإيجاد مناخ محدد بحيث لا تحدث التقييمات لمرة واحدة فقط أو بشكل معزول، ويجب أن يفهم الطلبة التقييم ويقبلوه باعتباره عملية مستمرة، يتم التخطيط لها ودمجها على امتداد اليوم وفي جميع الدروس.
2. يجب أن يستخدم المعلم مجموعة متنوعة من أساليب التقييم، وعليه أن يقيس فهم الطلبة وتقدمهم. ويجب التخطيط للتقييمات الفعالة، بصرف النظر عن كون تصاميمها تقليدية أو مبتكرة، فهي ليست مسألة عفوية.
3. يجب أن توفر الغرفة الصفية الحماية من الآثار السلبية لحالات الإخفاق الأولية، فعلى المعلم أن يوجد

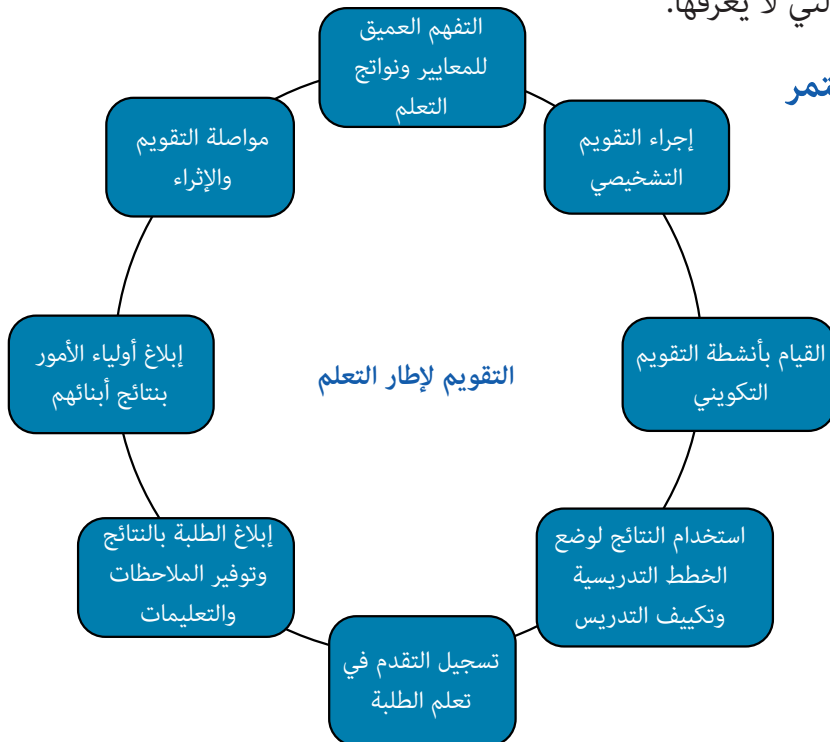


بيئة تتيح للطالب المحاولة من دون الخوف من سخرية الآخرين أو انتقاداتهم. ومن واجب المعلم أن يشجع ويدعم التجريب داخل الغرفة الصفية، وأن يضمن حرية الطلبة في تجربة أساليب متنوعة لاكتشاف الإجابات داخل الغرفة الصفية. كما يتوجب عليه أن يشجع الطلبة على طلب المساعدة من زملائهم ويسمح لهم بالوصول إلى الموارد والتكنولوجيات المتنوعة. ويجب أن يكون الفشل في إتمام مهمة ما بعد إجراء محاولة حقيقية لإنجازها أمراً مقبولاً وأن لا يرتبط بأي نظام درجات سلبي.

4. يجب أن يوفر المناخ معايير واضحة يتم من خلالها تقويم عمل الطالب وتعزيز التأكيد على تقدمه.
  5. يجب أن تعزز الغرفة الصفية من نجاح الطالب من خلال الأساليب التي يفهم الطالب المقياس المستخدم لتقييمه بواسطتها. تنجح هذه العملية عندما يكون الطلبة قادرين على الاطلاع على نماذج عن منتجات العمل الناجح، أو عندما يحصلون على تفسيرات واضحة تتعلق بالتعلم/العمل الذي تم تقويمهم بناء عليه.
- يُجرى داخل الصفوف الدراسية: من قبل المعلمين أنفسهم من خلال وضع خطط وتطوير مهام وأدوات التقويم داخل صفوفهم الدراسية، أي أن الجزء الأكبر من عملية التقويم لا يُصمّم أو يُدار من قبل جهة خارجية.
  - تكامله مع العملية التدريسية: فهو جزء لا يتجزأ من العملية التدريسية، ويعمل على إثراء عمليات التعليم والتعلم ويمكن اعتباره جامعاً للتدريس ومنهجية التقييم، ذلك لأن المعلم لا يفصل بين التقويم والعملية التدريسية، ويتم تضمين التقويم في خطط العمل والخطط الدراسية، ويمكن القيام بعملية التدريس والتقويم معاً في الوقت ذاته، وبالتالي لا تتطلب العملية من المعلم وقف التدريس بغية إجراء التقويم.
  - رسمي وغير رسمي: فالتقويم غير الرسمي هو تقويم مرتجل غير مُقرّر يلجأ إليه المعلم داخل الصفوف الدراسية، في حين يعتبر التقويم الرسمي تقويماً منظماً ومخططاً له بمواعيد معينة وإجراءات محددة في تصحيحه وتسجيل النتائج.

يعرض الشكل (3) التالي إطاراً للتفكير في مفهوم التقويم المستمر في مختلف الصفوف الدراسية، ويبين العلاقة بين التقويم المستمر والمعايير، كون الأول ينبع من الثاني، ويشمل المعلم والمتعلم على حد سواء ويستخدم لتكييف العملية التعليمية وبالتالي إثراء عملية التعلم وذلك لإدراك المعلم والمتعلم وأولياء الأمور للأمور التي يعرفها المتعلم وتلك التي لا يعرفها.

الشكل (5): مفهوم التقويم المستمر





### خطوة (1): الفهم العميق للمعايير ونواتج التعلم:

يركز التقويم المستمر على تعرف الأمور التي يعرفها ويفهمها الطالب ويستطيع القيام بها بشكل مستمر، وهذا بطبيعة الحال يعني أنه لا يمكن للمدرس ببساطة تجاهل المعايير لاستكمال الفصل الدراسي أو السنة الدراسية، بل عليه الغوص عميقاً في الأمر لضمان فهم وإتقان الطالب للمحتوى الدراسي بشكل سليم وفعال.

ومن أجل ذلك، على المعلم قضاء بعض الوقت في تعرف المعايير وفهمها لتصبح مألوفاً لديه، ومن ثم اكتساب فهم عميق للمهارات والكفاءات المتوقع من كل طالب معرفتها وإتقانها. ويمكن لمثل هذا الفهم العميق تمكين المعلم من تطوير مختلف التقويمات لقياس مدى إتقان الطالب لمثل هذه المهارات المطلوبة.

### خطوة (2): إجراء التقويم التشخيصي:

يلجأ المعلم لإجراء التقويمات التشخيصية قبل البدء بالدرس بهدف الوقوف على الأمور التي يعرفها كل طالب ويفهمها وتلك التي يستطيع الطالب القيام بها حقاً.

وتساعد مثل هذه المعلومات المعلم على تكييف أساليب تدريسه، لتناسب احتياجات طالب ما أو مواطن الضعف عنده، وكذلك لبناء أساليب وتقنيات تدريسه على معارف وخبرات الطلبة السابقة.

### خطوة (3): القيام بأنشطة التقويم التكويني:

يعمل المعلم على القيام بأنشطة التقويم التكويني بشكل دوري ومنتظم طوال الدرس بهدف الإطلاع على أداء طلابه وفهمهم.

ولا تحتاج مثل هذه الأنشطة التقويمية إلى درجات أو علامات معينة، ولكنها تستخدم من قبل المعلم، لتقويم تقدم وأداء طلابه وتتبع مدى إتقان طلابه للمحتوى الدراسي مع مرور الوقت.

وتكشف أنشطة التقويم التكويني عن مدى فهم الطالب للدرس، وتعمل على توجيه المعلم في عملية اتخاذ القرارات المتعلقة بالعملية التدريسية في المستقبل.

### خطوة (4): استخدام النتائج لوضع الخطط التدريسية وتكييف التدريس:

يوظف المعلم التحديات التي تم تحديدها في التقويم التكويني في تكييف طرائق وأساليب تدريسه لتناسب احتياجات وقدرات طلابه، وبالتالي فإن العلاقة بين إجراء أنشطة التقويم واستخدام النتائج لوضع الخطط الدراسية هي عبارة عن حلقة مستمرة، يتعين على المعلم من خلالها تحديد الاحتياجات التعليمية لطلابه، ووضع خطة شاملة الأهداف، وتصميم الأنشطة التعليمية الملائمة، وتبني الإستراتيجيات التعليمية التي تلبى احتياجات الطلبة، وتسهيل حصول الطلبة على تجربة تعليمية فعّالة.

**خطوة (5): تسجيل التقدم في تعلم الطلبة:**  
يمكن للمعلم تبني مختلف الطرائق والأساليب لمتابعة تقدم طلابه وأدائهم عبر إجراء التقويمات، والتي ليست بحاجة أن تخصص لها علامات أو درجات، وإنما يمكن قياسها بطرائق شتى تُمكن المعلم من متابعة التقدم المحرز وسير التعليم مع مرور الوقت.  
في التقويم المستمر على سبيل المثال يجري تسجيل العلامات في وقت مناسب وبشكل متناسق، ليتكون لدى المعلم صورة صحيحة ودقيقة لأداء طلابه طوال الوقت.

**خطوة (6): إبلاغ الطلبة بالنتائج وتوفير الملاحظات والتعليقات:**  
يعمل التقويم المستمر على تمكين الطالب، لأنه يساعد في فهم أدائه ومدى استيعابه لمختلف الموضوعات.  
وبعد أن يتم تقويم الطالب وقياس مستوى فهمه، يلجأ المعلم لتقديم الملاحظات الفورية للوقوف على الأمور التي على الطلبة العمل عليها لرفع مستوى فهمهم، وهذا الأمر يساهم في تمكينهم وجعلهم مسؤولين عن تعلمهم ورفع مستوى فهمهم.

**خطوة (7): إبلاغ أولياء الأمور بنتائج أبنائهم وأدائهم الدراسي:**  
ويمكن للمعلم التواصل الفعّال مع أولياء الأمور كونه يعرف أداء طلابه، ويحتفظ بسجلات الأداء لكل طالب منهم، وإبلاغ أولياء الأمور بهذه الأمور يساهم في التواصل معهم وجعلهم مسؤولين تجاه تعليم أبنائهم.

**خطوة (8): تبني تقنيات فعّالة في التقويم والإثراء:**  
يعتبر إبلاغ المعلم بمدى تقدم طلابه ومستوى فهمهم ومواطن ضعفهم أحد أهم الأسباب التي تتطلب إجراء تقويم مستمر للطلبة، وذلك لأنه عندما يقف المعلم على طبيعة أداء طلابه، ستتوفر لديهم المعلومات الكافية التي يحتاجونها لتكييف أساليبه التدريسية، وبالتالي معرفة كيفية التعامل مع طلاب يتفاوتون في مستويات المعرفة والمهارات والتطبيقات وبذلك يتسنى للجميع التعلم والاستفادة.

## التقويم النهائي - تقويم التعلم:

في نهاية العملية التعليمية، أي في نهاية الدرس أو الموضوع أو المقرر، يوفر معلومات حول طبيعة أداء المتعلم في نهاية المقرر الدراسي، عادة ما يستخدم المعلمون التقويمات من خلال قياس مقدار ما تعلمه الطلبة عند مرحلة زمنية معينة، يسمى هذا تقويم التعلم؛ ويستخدم للاطلاع على ما إذا كان الطلبة يحققون المعايير التي تضعها الحكومة لمعلم الصف. وتُجرى هذه التقويمات النهائية بعد الانتهاء من تدريس وحدة دراسية ما أو عند مرحلة زمنية محددة لتحديد مقدار حدوث التعلم كمياً، وعلى الرغم من أن مقاييس التعلم مهمة، في حال أراد المعلمون من حال درجات لطلابهم وتوفير المساءلة، إلا أن على المعلمين أن يركزوا كذلك على التقويم من أجل التعلم. يدعم هذا النوع من التقويم - التقويم النهائي - التعلم خلال عملية التعليم.

### الإستراتيجيات الخمس للتدريس والتعلم القائم على المعايير:

يتحمل المعلمون معظم المسؤولية في تشجيع وتعزيز وتوجيه وتيسير تعلم الطالب وتحصيله، ومن أجل أن يتقدم الطالب عبر نظام التعليم؛ ليصبح في نهاية المطاف مواطناً متعلماً ومثقفاً، عليه أولاً أن يستوفي الشروط المنصوص عليها في المعايير التعليمية التي وضعتها الإمارات العربية المتحدة، والتي تقدم وصفاً كافياً حول ما يجب على الطالب معرفته والقيام به ضمن كل مجال ومحور من المنهاج الدراسي وفي كل مرحلة دراسية. وفيما يلي الإستراتيجيات الخمس الموصى بها لضمان كون الوقت الذي يخصصه المعلم لعملية التدريس مبني في واقع الأمر على هذه المعايير، ويساهم في مساعدة جميع الطلبة على تحقيق المعايير ونواتج التعلم المتوقعة منهم.

1. قراءة وثيقة المعايير بدقة، على المعلم أن يركز بشكل خاص على الصف والمادة التي يدرسها. ومن المهم أيضاً أن يكون على دراية بمعايير الصف الذي يسبق الصف الذي يدرسه والصف الذي يليه حتى يتعرف طبيعة المحتوى والمهارات التي ينبغي على الطلبة إتقانها، وما هي التوقعات الواجب عليهم تلبيتها للانتقال للصف التالي. ويجب أن تقدم هذه المعايير على شكل خريطة تبين ما الذي يمتلكه الطلبة، وما الذي يحتاج المعلم إلى مساعدتهم للوصول إليه في نهاية السنة الدراسية.
2. التفكير في الأنشطة لاستيفاء المعايير، يجب أن يفكر المعلم في الأنشطة التي يمكنه أن يقوم بها مع طلابه لمساعدتهم على تحقيق نواتج التعلم المحددة لكل معيار، وكلما كان المعلم أكثر تحديداً وتوضيحاً، كان ذلك أفضل، وفي حال تعسر على المعلم الفهم الكامل لأي من المعايير أو نواتج التعلم، يتعين عليه طلب المساعدة من المشرف أو مدير المدرسة أو المعلمين الآخرين.
3. التأكد من أن الخطط التدريسية تدعم عمليتي تعليم تعلم المعايير، وذلك من خلال مراجعة خطط الدروس للأسبوع القادم ومقارنتها بوثيقة المعايير. هل تتوافق الدروس التي يخطط المعلم لإعطائها مع المعايير ونواتج التعلم؟ إذا لم يكن الأمر كذلك، كيف يمكن تغيير الدروس لضمان تماشيها مع المعايير ونواتج التعلم؟
4. توافق التقويم مع المعايير ونواتج التعلم، ينبغي أن يتضمن كل درس شكلاً من أشكال التقويم التي تمكنك من تحديد ما إذا كان طلابك قد أتقنوا نواتج التعلم التي استهدفها الدرس أم لا. في حال إخفاقهم في ذلك، عليك إما: عمل مراجعة إضافية للدرس مع طلابك ومحاولة إعادة تدريس الموضوع بأسلوب تعليمي مختلف، أو إجراء أنشطة مساندة كتوزيع أوراق عمل لمزيد من الممارسة، والجمع بين الطالب الأقوى والطالب الأضعف ضمن مجموعة واحدة.
5. بناء وتحديد الصلات بين مختلف المعايير، وذلك عند وضع الخطط لمختلف الدروس، فإنه من المفيد التفكير في الرابط الذي يجمع بين المعايير التي يجري تناولها في الدرس الحالي وتلك التي جرى

تناولها في الدرس السابق. وهناك العديد من الفوائد للبناء على ما تعلمه الطالب سابقاً؛ فهو يمكنه من استخدام المعرفة السابقة؛ ويبنى لديه شعور الثقة بالنفس؛ ويعزز اهتمامه وتحفيزه على الخوض في الموضوع؛ ويشجع على الإتقان بشكل أسرع، إذ يشعر الطالب بأنه يضيف إلى ما تعلمه واختبره بالسابق. تشير الدراسات إلى أن الطلبة يتعلمون بشكل أفضل عندما يقوم المعلمون بمساعدتهم على خلق هذه الصلات. وعليه، ينبغي على المعلم أن يستخدم هذه الحقيقة وقيم الصلات مع المعايير التي أتقنها الطلبة في السابق.

أ. تظهر الدراسات والأبحاث أن الطالب يتعلم بشكل أفضل من خلال الاعتماد على ما تم تعلمه وتجربته مسبقاً، وبالتالي عليك توظيف هذه الحقيقة في رسم وتوضيح مختلف الروابط التي تجمع بين المعايير التي يتقنها الطلبة.

ب. هناك العديد من المزايا للبناء ولل اعتماد على ما يعرفه الطالب مسبقاً، منها مثلاً: أنه يبنى الثقة بالنفس، ويعزز اهتمام الطالب ودافعيته نحو الموضوع، ويعزز إتقان الأشياء والمفاهيم بشكل أسرع؛ ذلك لأنك لا تبدأ من الصفر.

### معايير التطوير المهني الفعال لمعلمي التربية الرياضية والصحية:

تعد التربية الرياضية نظاماً تربوياً ابتدعته المجتمعات الإنسانية، لكي تواجه عوامل التدهور البدني والحركي الناتجة عن نقص النشاط البدني، وقلة الحركة كأحد العوارض السلبية للتقدم التقني والعلمي في العصر الحديث، والازدياد المستمر في الاعتماد على الآلات وتوفير الجهد البدني. ويقوم التأهيل الدراسي الجامعي بدوره الذي ينحصر في وضع المتخصص المهني على الطريق الصحيح للقيام بمهام مهنته، وعليه استكمال مسيرة التعليم والتدريب في أثناء العمل أو الوظيفة، فيما يطلق عليه "التدريب في أثناء الخدمة" (Jn Service Training) والصقل، ومهما كانت جودة برامج التأهيل والإعداد المهني، فإن من تعد التربية الرياضية نظاماً تربوياً ابتدعته المجتمعات الإنسانية، لكي تواجه عوامل التدهور البدني والحركي الناتجة عن نقص النشاط البدني، وقلة الحركة كأحد العوارض السلبية للتقدم التقني والعلمي في العصر الحديث، والازدياد المستمر في الاعتماد على الآلات وتوفير الجهد البدني. ويقوم التأهيل الدراسي الجامعي بدوره الذي ينحصر في وضع المتخصص المهني على الطريق الصحيح للقيام بمهام مهنته، وعليه استكمال مسيرة التعليم والتدريب في أثناء العمل أو الوظيفة، فيما يطلق عليه "التدريب في أثناء الخدمة" (Jn Service Training) والصقل، ومهما كانت جودة برامج التأهيل والإعداد المهني، فإن من

الصعوبة بمكان أن تمد المتخصص المهني بحلول لجميع المشكلات التي تقابله في مواقع العمل المختلفة. والتطورات العلمية والفنية المتلاحقة في الحقل الرياضي والصحي تنمو وتتسارع، بحيث لا يستطيع المتخصص المهني ملاحقتها بمفرده، ومن ثم فإن برامج الصقل والتدريب في أثناء الخدمة توفر للمتخصص المهني فرص النمو والخبرة والارتقاء والجودة، وتقابل احتياجاته، كما تزوده بحلول نظرية وتطبيقاً لجميع المشكلات التي من الممكن أن يواجهها في الواقع الميداني. ولذلك أصبح في حكم المسلمات أن النمو المهني والشخصي للمعلم هو الفصل، للأخذ بأسباب العلم والبحث العلمي والتكنولوجيا، فضلاً

على التوسع الملحوظ في البنية المعرفية والمؤسسية لعلوم التربية الرياضية والصحية، ودخول العلوم الإنسانية، كالاقتصاد وعلم النفس طرفاً في القضية إلى جانب العلوم البيولوجية. كل ذلك أصبح مدعاة لكي ينخرط المعلم في برامج الصقل والتدريب في أثناء الخدمة. ومن المشكلات التي تواجه الإعداد المهني للمعلمين بعد استكمال الإعداد الأكاديمي الذي يتلقونه خلال سنة التخرج من الجامعة، هو عدم القدرة على مسايرة التطورات العلمية التي تتزايد يوماً بعد يوم، وبذلك يصبح التدريب في أثناء الخدمة جزءاً لا يتجزأ من قضية الإعداد المهني والتنمية البشرية.

ويمكن عرض معايير التربية المهنية لمعلمي التربية الرياضية تفصيلاً فيما يلي:

## 1. فلسفة الإعداد المهني في مجال الرياضة:

- المجالات المهنية: تعد التربية الرياضية، وما يرتبط بها من مجالات، كالصحة والترويح، مجموعة من المجالات المرتبطة بما يمثل نظاماً مركباً ثقافياً، يؤثر في المجتمع. ومن الطبيعي أن تكون هذه المجالات ذات شبكة واسعة من العلاقات والاتصالات بغيرها من النظم والمؤسسات المجتمعية والمركبات الثقافية التي تؤثر فيها وتتأثر بها. لذلك فعلى معلم التربية الرياضية أن يكون ذا مهارات وتدريب عال وفعال ومستمر، في أثناء الخدمة، ليشمل كل المجالات المختلفة التي ترتبط بمهنته.
- الثقافة كإطار: تنطلق كل جهود التربية والتدريب والثقافة باعتبارها أدوات ناقلة للثقافة. ولكي يستطيع المعلم أن يقوم بدوره في هذا النقل الثقافي، يجب أن توفر له أقصى فرص النضج والنمو الشخصي، حتى يتمكن من تحقيق ذاته اجتماعياً ومهنياً.
- التربية منطلق أساس: يسهم الإعداد المهني في المجال، في تحقيق الأهداف التربوية العامة، مهما تباينت مجالات العمل الرياضي، ولذلك يجب وضع التأهيل الثقافي والتربوي في الاعتبار، فلا يقتصر الإعداد المهني فقط على مجرد حصر ثقافة الفرد في حركة الإنسان ووظائف أعضائه.
- تعهد الصحة الشاملة: يجب أن يتعهد الإعداد المهني الرياضي مختلف الجوانب الصحية للإنسان؛ من تغذية صحية ولياقة بدنية وكفاية حركية وإدراكية، وتجنب الإصابات والوقاية منها، بحيث يعتمد المعلم إلى تطبيع تلاميذه وتنشئتهم على العادات الصحية السليمة، ومبادئ الصحة العامة والصحة الشخصية، من خلال تقديم المعرفة الرياضية والصحية بطريقة سليمة.
- احترام العقائد الدينية والاجتماعية: يجب أن يحتوي برنامج الإعداد المهني لتخصص الرياضة على احترام العقائد والأعراف الاجتماعية.
- المحافظة على جوهر الرياضة: وذلك بالتأكيد على القيم والمبادئ الاجتماعية والأخلاقية والروح الرياضية واللعب النظيف واحترام المنافس وعلى أن المشاركة أهم بكثير من الفوز.

## 2. المبادئ الأساسية في بناء برنامج الإعداد المهني:

- أن تتضمن برامج الإعداد المهني برامج فنية وأكاديمية حديثة ورفيعة المستوى.
- أن تعمق التربية العامة الاتجاهات نحو تأسيس خلفية ثقافية في المجالات الرئيسة للإنسانيات، كالفنون الجميلة والموسيقا، فضلاً على العلوم الطبيعية.
- ينبغي أن تقدم البيئة المعرفية للتربية الرياضية والصحية أكبر قدر من التنظيم المنهجي، بإتباع فئات المجال والتتابع.
- يفترض في البرنامج المقدم الاستمرارية في الفكر والتنظيم، بحيث تتواصل أجزاؤه وموضوعاته مع بعضها، فتصبح بنية واحدة.
- يجب أن تصمم البرامج بحيث ترضى بالكفايات المهنية والشخصية للمعلم، وتبني الوسائل السمعية وأساليب العرض البياني والتدريب المصغر، وأن تكون المواد التعليمية جيدة للإعداد. ويجب ألا تتجاهل البرامج الخبرات العلمية والتطبيقية، لأنها جزء أصيل من طبيعة العمل المهني، ويجب أن تشغل ما لا يقل عن ثلث مساحة البرنامج الإجمالي.
- أن يوضع التقويم بأسلوبه البنائي والنهائي في الاعتبار، حتى يكون تغذية مرتدة لوقائع وأنشطة البرنامج.

### 3. مراحل الإعداد المهني:

- المجالات المهنية: تعد التربية الرياضية، وما يرتبط بها من مجالات، كالصحة والترويح، مجموعة من المجالات المرتبطة بما يمثل نظامًا مركبًا ثقافيًا، يؤثر في المجتمع. ومن الطبيعي أن تكون هذه المجالات ذات شبكة واسعة من العلاقات والاتصالات بغيرها من النظم والمؤسسات المجتمعية والمركبات الثقافية التي تؤثر فيها وتتأثر بها. لذلك فعلى معلم التربية الرياضية أن يكون ذا مهارات وتدريب عال وفعال ومستمر، في أثناء الخدمة، ليشمل كل المجالات المختلفة التي ترتبط بمهنته.

#### أ. مرحلة الإعداد الثقافي العام:

يتم في هذه المرحلة الإعداد العام للمعلم، لكي يتميز بالفهم الواعي الثقافي المتسع، وعلاقته بالتربية، واستخدام ذلك في عملية التعليم والتعلم.

#### ب. مرحلة الإعداد المهني العام:

وهي مرحلة وسيطة بين الإعداد الثقافي التربوي والإعداد المهني التخصصي، وتهدف إلى تزويد المعلم بخلفية من المعارف والمعلومات والمهارات والاتجاهات المهنية التي تمكنه من الإلمام بفلسفة تربوية مهنية واضحة، وتساعد على فهم مختلف الجوانب والقضايا المهنية.

#### ج. مرحلة الإعداد التخصصي:

وهي إحدى المراحل المتكاملة في منظومة الإعداد المهني للمعلم، وتهدف إلى إعداد المعلم بالدراسة والمعرفة والتعمق بالمادة التي يقوم بتدريسها.

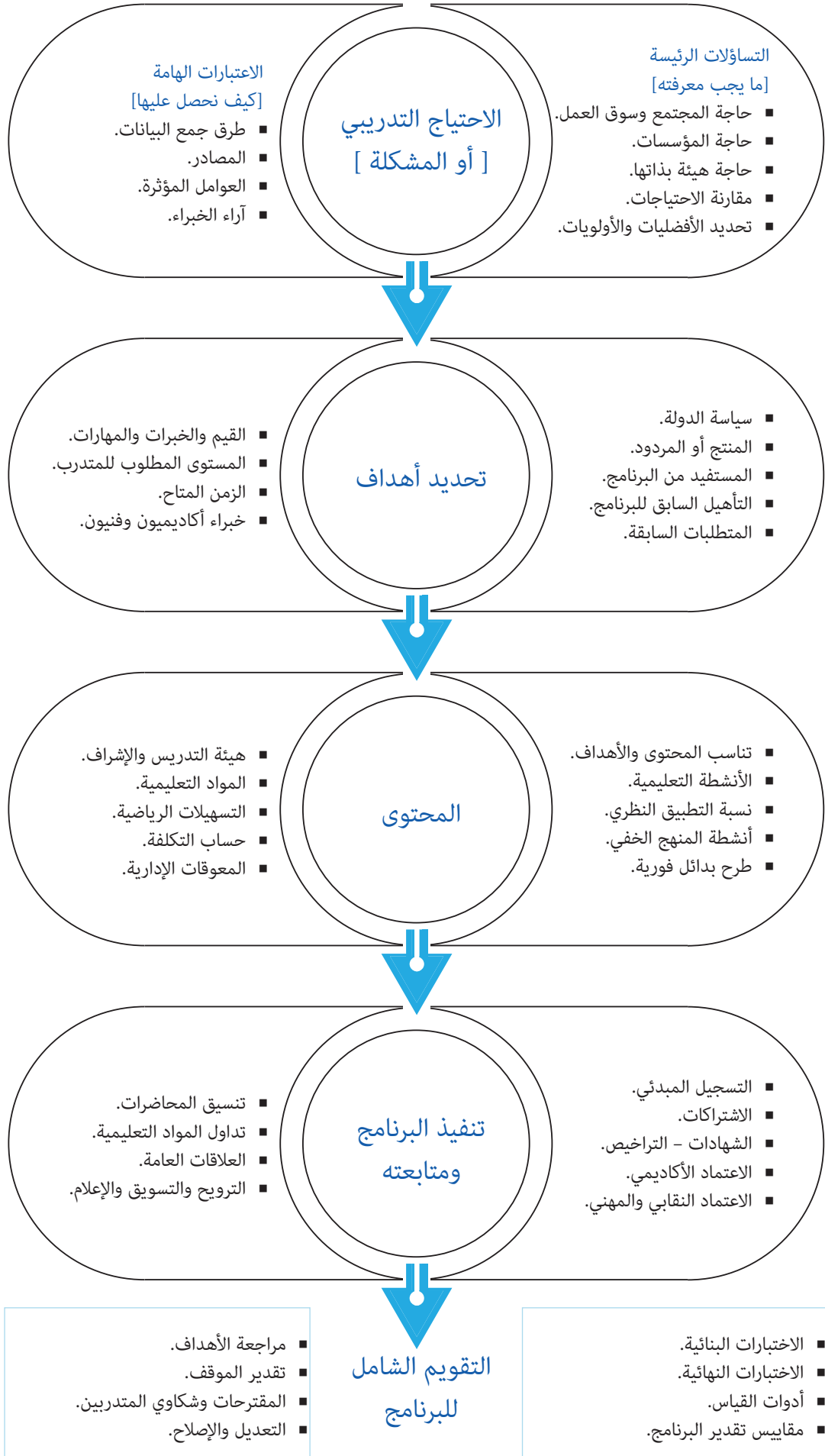
### معايير بناء البرنامج وتنفيذه:

#### 1. العوامل المؤثرة في بناء البرامج:

يتأثر بناء برامج التدريب بكثير من العوامل التي يجب أن تؤخذ في الاعتبار، مثل المجتمع، واللوائح والقوانين، والبحوث والدراسات، والتسهيلات والتجهيزات، وجدولة المحاضرات، وحجم الفصل الدراسي، والمتقدمين للبرنامج.



## 2. نموذج (الشكل 6) لتصميم البرنامج التدريبي في أثناء الخدمة:





### 3. الأنشطة الأساسية والموازية للدورة:

- أ. يصاحب الدورة بعض الأنشطة الأساسية والموازية، حيث ترتبط الأنشطة الأساسية عضوياً ببناء برنامج الدورة، وقد تكون أحد الأسباب الرئيسة لنجاح أو فشل البرنامج نفسه.
- ب. بخصوص الأنشطة الموازية، تتمثل في الأنشطة الترويجية التي قد تنفذ، إما داخل مكان الإقامة أو الإعاشة أو خارجها.

### 4. مشكلات التدريب في أثناء الخدمة:

من أهم مشكلات التدريب في أثناء الخدمة، قلة الوقت المتاح لتنفيذ تلك البرامج، وتفاوت التأهيل والخبرة المهنية بين العاملين، مما يستلزم برنامجاً تدريبياً ذا مستويات متدرجة، وبعض المشكلات التي ترتبط بالمحاضرين أنفسهم كالاعتماد على أسلوب الإلقاء، بقراءة المحاضرة من ورقة أو كتاب. لذا يجب على المحاضر أن يستخدم آلات التعلم ووسائل الاتصال الحديثة، وكذلك أساليب عرض البيانات والمعلومات، باستخدام أحدث تقنيات العرض.

### 5. الاستفادة من نتائج الأبحاث:

- توصل الباحثون إلى بعض الحقائق المهمة عن برامج التنمية المهنية من خلال نتائج البحوث والدراسات والتي يمكن تلخيصها فيما يلي:
- أ. البرامج المحلية التي خططت لها وأعدتها ونفذتها الجهات المحلية أكثر فاعلية وفائدة من تلك التي خططتها الجامعات بشكل لا مركزي.
- ب. البرامج المخططة محلياً لها تأثيرها الواضح في اتجاهات المتدربين، قياساً مع تلك التي خططتها مؤسسات مركزية أو جامعات.
- ج. البرامج التي يشارك فيها المتدربون بأدوار ملحوظة خلال مراحل البرنامج (تخطيط - تنفيذ - تقييم) ذات أثر أبقي وأكثر فاعلية من تلك التي يؤدي بها المتدربون دوراً سلبياً.
- د. البرامج التي كانت تعتمد على تعزيز التعليم والتعلم الذاتي، أنجح من غيرها التي تتعامل مع التعليم الجمعي.
- هـ. البرامج التي كانت تهتم بدراسة ما بين المتدربين من فروق فردية وتباين في الخبرات، وتضع ذلك في اعتبارها، أنجح من غيرها.
- و. البرامج التي اعتمدت على تبادل الخبرات وعرض ما لدى المتدربين من تجارب ومصادر للخبرات، كانت أنجح من غيرها.
- ز. البرامج الناجحة هي تلك التي ضمت كل من له دور في العملية التعليمية، والتي لم تقتصر على المعلمين.

## خصائص (دليل المعلم) الفعال لتنفيذ المعايير:

الغاية من (دليل المعلم) هي تزويد المعلم بالتعليمات والأمثلة والخطة الواضحة، ليتبعوها في الغرف الصفية فدليل المعلم حول تنفيذ المعايير مهم؛ لأنه يزودهم بالمفاتيح التي تعينهم على تفسير المعاني المتضمنة في وثيقة المعايير.

إلا أن تسليم المعلم وثيقة تنص على المعايير ونواتج التعلم ومعايير الأداء وغيرها، وإعلامه بوجود تنفيذها في الغرفة الصفية قد يكون مرهقاً بالنسبة للمعلم العادي. فمن الصعب على المعلم أن يعرف من أين سيبدأ، وكيف سيجعل الدليل ذا صلة بالدروس التي يعطيها، وكيف سيدمجها في الممارسة اليومية لعملية التدريس. يعمل الدليل عمل الوسيط بين وثيقة المعايير والمعلم والحقيقة أن المطلوب من الدليل مساعدة المعلم في تفسير وثيقة المعايير بطريقة مجدية وذات معنى، أي تزويده بلمحة عن ماهية المعايير والسبب الذي يجعلها مهمة لتحقيق نجاح الطلبة؛ إذ توفر الوثيقة للمعلم أفكاراً ومقترحات محددة حول كيفية تنفيذ المعايير على أساس يومي ودمجها ضمن خطة الدرس والأنشطة والتقويمات؛ والمساعدة في تحديد ما إذا كان الطلبة يحققون المعايير وما الذي يتوجب القيام به في حال لم يحققونها.

يجب أن يجيب دليل المعلم لتنفيذ المعايير عن هذه الأسئلة بطريقة واضحة ومنسقة ومنظمة بحيث يتسنى للمدرسين استخدامه بسهولة كمورد للتنفيذ. باختصار، يجب على دليل المعلم لتنفيذ المعايير أن يتصف بمواصفات عدة منها أن:

- يكون واضحاً ودقيقاً.
- يوفر لمحة عن الغاية من المعايير. (ماهيتها والسبب الذي يكسبها أهميتها).
- يقترح أفكاراً محددة حول تنفيذ المعايير داخل الغرفة الصفية (يوفر دليل المعلم لكل وحدة دراسية نموذجاً عن خطط الدروس والأنشطة والتقويمات المبينة على المعايير، والتي يمكن للمدرس أن يختار من بينها وأن يستخدمها كأمثلة لبنني ما يشبهها).
- يصف أنواعاً لتقويمات المختلفة لقياس تحقيق الطلبة للمعايير.
- يقترح التقنيات العلاجية التي يمكن للمدرسين أن يستخدموها في حال عدم تحقيق الطلبة للمعايير.
- يذكر المعلمين بالموارد الأخرى التي يمكنهم الاعتماد عليها في حال كانت لديهم استفسارات أخرى أو في حال احتاجوا إلى المزيد من الدعم (الزملاء، المشرفون، مديرو المدارس، والمواد الأخرى).

## خريطة المفاهيم والمهارات (مصفوفة المدى والتتابع للموضوعات والمهارات):

المجال	المحور	k	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
التربية الرياضية	المهارات الحركية	التركيز على الحركات الأساسية.												
		العناصر الحركية الرئيسة للمهارات الأساسية.												
		العناصر المركبة من المهارات الأساسية.												
		يؤدي مهارات واستراتيجيات الألعاب الرياضية.												
		أداء وربط جملة حركية بسيطة للجمباز.												
		يطبق الخطط الهجومية والدفاعية وربط المهارات المتنوعة في الأنشطة الرياضية.												
		يصمم خطط تدريبية للمهارات الحركية.												
أداء وربط جملة حركية للجمباز الأرضي وعلى الأجهزة.														

المجال	المحور	k	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
التربية الرياضية	اللياقة البدنية	المشاركة في (3) إلى (4) مرات في الأسبوع في أنشطة معتدلة تزيد في معدل ضربات القلب والتنفس.												
		المشاركة في أنشطة بدنية ممتعة لتطوير والحفاظ على عناصر اللياقة البدنية.												
		تمارين لمرونة الكتفين والظهر والرجلين دون الإفراط في تمدد المفاصل												
		أداء تمارين إطالة عضلات الذراعين والظهر والرجلين ومرونة مختلف المفاصل اتخاذ وضع الجسم الصحيح لدفع وسحب الأجسام الثقيلة.												
		مقارنة النتائج الفردية للياقة البدنية مع المعايير القائمة على البحوث من أجل صحة جيدة.												
		شرح المخاطر الكامنة المرتبطة بالنشاط البدني.												
استخدام نتائج اختبار اللياقة البدنية لتحديد وضبط الأهداف لتحسين اللياقة البدنية.														

## تابع/خريطة المفاهيم والمهارات (مصفوفة المدى والتتابع للموضوعات والمهارات):

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	k	المحور	المجال
						المشاركة بانتظام في مجموعة متنوعة من المهارات الحركية وغير الحركية داخل وخارج المدرسة.						الأنظمة في ممارسة الأنشطة البدنية	التربية الرياضية	
						استكشاف الأنشطة الممتعة التي تتطلب جهداً بدنياً معتدلاً.								
				يشارك بانتظام في مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية المعتدلة والملائمة للمرحلة العمرية.										
				يشارك في أنشطة رياضية متنوعة من أجل تحقيق أهداف شخصية تعزز تطوير وتحسين مستوى اللياقة البدنية.										
				يخطط برنامجاً أسبوعياً للياقة مستخدماً بعض أدوات التقييم وينفذه.										
				تحليل ومقارنة الفوائد الصحية واللياقة البدنية عند المشاركة في أكثر من نشاط بدني.										

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	k	المحور	المجال
						يبدأ مع المساعدة في إظهار استيعابه لمفاهيم الوعيب الجسم والفراغ الخاص والعام.						المفاهيم والإستراتيجيات	التربية الرياضية	
						يبدأ مع المساعدة باتباع قواعد وإجراءات السلامة المناسبة لمرحلته العمرية في الصف والملعب.								
				يظهر فهماً لعمل الجسد والعلاقات التي تحدث عند القيام بأشكال متزايدة التعقيد من الحركة والأداء البدني.										
				يظهر فهمه لعناصر اللياقة البدنية وكيفية تنميتها.										
				يعمل مع الآخرين لوضع قواعد وممارسات وإجراءات السلامة للمواقف التعليمية والأنشطة الحركية المختلفة.										
				يظهر معرفة بمواصفات اللاعب الماهر في لعبة متخصصة.										

تابع/خريطة المفاهيم والمهارات (مصفوفة المدى والتتابع للموضوعات والمهارات):

المجال	المحور	k	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
الرياضية التربية	السلوك المسؤول واحترام الاختلافات										يطور مهارات المشاركة المنتجة في النشاطات التعاونية والتنافسية ضمن المجموعات.			
										يظهر التسامح مع الزملاء ويتجنب النزاع.				
												يظهر إدراكه لأهمية الأسلوب التعاوني لتحقيق هدف مشترك في الأنشطة الرياضية.		
												يظهر القيادة والتعاون من أجل إنجاز أهداف أنشطة رياضية مختلفة.		
												يصمم برامج توعية تساعد على العمل بكفاءة لحماية ذوي الاحتياجات الخاصة.		

المجال	المحور	k	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
التربية الصحية	اللياقة البدنية والغذاء وأنظمة الجسم										التركيز على أهمية الغذاء الصحي للوقاية من الأمراض.				

## تابع/خريطة المفاهيم والمهارات (مصفوفة المدى والتتابع للموضوعات والمهارات):

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	k	المحور	المجال		
كيفية تحقيق صحة عقلية ووجدانية، وبناء مهارات التواصل مع الآخرين.													الصحة العقلية والوجدانية ومهارات الاتصال	التربية الصحية		
															يحدد الطرائق الصحية للتعبير عن المشاعر.	
															تفسير الصحة الجيدة ويقارن بينها وبين الصحة السيئة.	يستخدم لغة ملائمة للتعبير.
															يصف المشاعر، ويربط بين مكونات الصحة.	
															يقارن ويميز بين الطرائق الصحية للتعبير عن المشاعر.	
															يطبق مهارات إستراتيجية لإداره الإجهاد.	
															يقيم الإستراتيجيات المناسبة لإدارة الإجهاد.	

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	k	المحور	المجال	
التركيز على المفاهيم المرتبطة لتحسين الصحة وفهم مخاطر الأمراض.													الأمراض والاضطرابات والإصابات والصحة والبيئة	التربية الصحية	
															يعدد السلوكيات الشخصية.
															يُميز بين أعراض الأمراض
															يصنف ويحدد الأمراض المعدية وطرائق الوقاية منها.
															يحدد مكونات ومخاطر الأدوية.
															يصنف مسببات الأمراض وعلاقتها بالتاريخ العائلي.
															يحلل تأثير الأبحاث في الوقاية من الأمراض، ويقنع الآخرين بالمخاطر والآثار الجانبية للتدخين والمخدرات والأدوية.

## تابع/خريطة المفاهيم والمهارات (مصفوفة المدى والتتابع للموضوعات والمهارات):

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	k	المحور	المجال
يظهر القدرة على الوصول إلى المعلومات والمنتجات والخدمات الصحية الموثقة.													الوصول إلى المعلومات والمصادر الصحية	التربية الصحية
										يبحث عن المعلومات الصحية.				
				يحدد المعلومات الصحية والأشخاص الموثوقين.										
			يشرح دور العائلة والمدرسة، والإعلام في الحصول على المعلومات الصحية.											
		تطبيق مفاهيم الغذاء الصحي في الحياة اليومية.												
	يتخذ قرارات لتعزيز الصحة وصنع القرار.													
يقيم المعلومات المتعلقة بالصحة من وسائل الإعلام.														

12	11	10	9	8	7	6	5	المحور	المجال
تمكين الطلبة من الوصول إلى المعلومات عن المهن الصحية في مجال اللياقة البدنية والصحة.								الجامعة والاستعداد للمهنة	التربية الصحية
					يعدد مهناً متنوعةً في مجال الصحة واللياقة، ونوع الشهادات المطلوبة.				
			يستخدم وسائل الإعلام ويقنع الآخرين بأهمية وجود متخصصين في مجال اللياقة البدنية والصحة.						
	يحدد المواقع التي تحتاج إلى مختصين في مجال الصحة، ويقارن بين الوظائف في مجال اللياقة البدنية والصحة.								
يعدد المهارات والمؤهلات الضرورية للمهن الصحية، ويحدد أماكن الوظائف الصحية.									



**اللياقة البدنية:** تعني أن الأجهزة العضوية للجسم تتمتع بالصحة الوظيفية والكفاية في الأداء، بما يمكنها من جعل الفرد قادرًا على تحسين حياته والقيام بالأعمال اليومية والمشاركة في أنشطة وقت الفراغ. مكونات اللياقة البدنية: هي السرعة، والقوة، والرشاقة، والمرونة، والتحمل، والتوازن، والتوافق والتي يتم قياسها بأجهزة القياس والاختبارات العلمية ومقارنتها بالمستوى الأمثل.

**الصحة العقلية:** تعني القدرة على التفكير بوضوح وتناسق، والتعلم، واتخاذ قرارات صائبة. **الصحة الوجدانية:** هي القدرة على الشعور بمختلف العواطف الإنسانية والتعبير عنها في المواقف المناسبة لكل منها، ثم التحكم في أداؤها أو التعامل بها مع الآخرين بما لا يسيء أو يجرح مشاعرهم. والقدرة على إدارة المشاعر والسلوكيات المرتبطة بها؛ بما في ذلك التقييم الواقعي لإمكانات الفرد الذاتية وتنمية استقلالته والتعامل البناء مع الضغوط النفسية التي يواجهها.

**التغيرات الفيسيولوجية:** هي التغيرات التي تحدث على شكل استجابة الأجهزة الوظيفية للنشاط الرياضي، وهي تختفي وتزول بزوال الجهد، ومنها زيادة معدل ضربات القلب، وارتفاع ضغط الدم وخصوصًا الانقباضي، وزيادة معدل أو عدد مرات التنفس.

**مؤشر كتلة الجسم:** هي عملية حسابية تقوم على حساب كتلة الجسم للشخص (ذكر/أنثى) بناء على عدة عوامل الطول والوزن وحساب كتلة الجسم، وهي معلومة مفيدة من أجل تحديد الوزن الطبيعي للجسم. **الاستماع الفعال:** هو عملية إرادية تتطلب الانتباه حيث يعمل الدماغ على استقبال المعلومات وتكوين معنى لهذه المعلومات فيستجيب لها مما يؤدي إلى فهم إدراك حقيقة المعنى من هذه المعلومات.

**مهارات التجنب والرفض:** هي من ضمن المهارات الحياتية التي تمكن الفرد من المحافظة على ملامح شخصيته وحمايته من استغلال الآخرين ومنعهم من السيطرة على توجهاته وخياراته في الحياة.

**الاكتئاب:** هو حالة من الحزن الشديد والمستمر تؤثر على الجسم كله؛ بالإضافة إلى المزاج والسلوك، وهو يؤثر على الشهية في الأكل والنوم وقد يؤدي في بعض الأحيان إلى الانتحار.

**منظمات المجتمع المدني:** مجموعة واسعة النطاق من المنظمات غير الحكومية والمنظمات غير الربحية التي لها وجود في الحياة العامة، وتنهض بعبء التعبير عن اهتمامات وقيم أعضائها أو الآخرين، استنادًا إلى اعتبارات أخلاقية أو ثقافية أو سياسية أو علمية أو دينية أو خيرية.

**النظام الغذائي المتوازن:** يعني الحصول على جميع العناصر الغذائية الضرورية للجسم عن طريق تناول الطعام وبالكميات المناسبة لكل عنصر.

**مهارات الاتصال:** هي المهارات التي تستخدم في العملية التي بموجبها يقوم شخص بنقل أفكار أو معان أو معلومات على شكل رسائل كتابية أو شفوية مصاحبة بتعبيرات الوجه ولغة الجسم، وعبر وسيلة اتصال تنقل هذه الأفكار إلى شخص آخر وبدوره يقوم بالرد على هذه الرسالة حسب فهمه لها.

**الصحة البيئية:** هي التوازن البيئي الذي يجب أن ينشأ بين الإنسان ومحيطه بحيث تراعي صحة الإنسان من جميع النواحي الجسمية والنفسية والاجتماعية، وصحة البيئة تعني جميع إجراءات السيطرة على عوامل البيئة؛ لتكون مناسبة لحياة الناس.

**المهارات الحركية الكبيرة:** هي التي تستخدم في تنفيذها مجموعات العضلات الكبيرة، وقد يشترك الجسم كله أحيانًا في تنفيذها، مثل مهارات كرة القدم وألعاب القوى والمنزلات.

**المهارات الحركية الدقيقة:** هي تلك المهارات التي تشترك في أدائها مجموعات العضلات الدقيقة التي تتحرك خلالها بعض أجزاء الجسم في مجال محدود لتنفيذ استجابة دقيقة في مدى ضيق للحركة، ونعتمد على التوافق العصبي العضلي بين اليدين والعينين، مثل مهارات الرماية ولعبة البليارد أو بعض مهارات التمرير والسيطرة على الكرة في الألعاب التي تستخدم فيها الكرات.

**المهارات الحركية الأساسية:** هي النشاطات الحركية التي تبدو عامة عند معظم الأطفال، وتتضمن نشاطات مثل رمي الكرات والتقاطها، والقفز والوثب، والحجل، والتوازن، وتعد ضرورية للألعاب المختلفة التي يقوم به الأطفال.

**الطلاقة الحركية:** هي قدرة الطالب على إنتاج استجابات حركية كثيرة تسجلها في وحدة زمنية معينة وثابتة، وهي تؤكد على الكفاية في إدارة حركات الجسم كلها.

**الحركات التلاعبية (حركات التحكم والسيطرة):** هي المهارات التي تعنى بالتحكم والسيطرة بالأدوات التي يمكن أن تنفذ من خلال أجزاء الجسم المختلفة، كالرمي، واللقف، وغيرها.

**إستراتيجية حل المشكلات:** هي مجموعة العمليات التي يقوم بها الفرد مستخدماً المعلومات والمعارف التي سبق له تعلمها، والمهارات التي اكتسبها في التغلب على موقف بشكل جديد وغير مألوف له والسيطرة عليه والوصول إلى حل له.

**ذوي الاحتياجات الخاصة:** هم الأفراد الذين يختلفون عن أقرانهم، في قدراتهم العقلية أو الحسية أو الجسمية أو التواصلية،... الخ. وهذا الاختلاف يتطلب برامج خاصة لسد احتياجاتهم.

**السلوك المسؤول:** هو قدرة الفرد على اتخاذ القرار بشأن المهام الموكولة إليه ووعيه بذاته وجماعته.

**الإجهاد الذاتي:** هو حالة جسمانية تحدث نتيجة لحدوث صعوبات في الحياة، أو قد يكون أي تغير فيزيائي أو كيميائي أو عاطفي يخلف آثاراً قد تؤدي إلى المرض.

**الطلاقة الرقمية:** هي القدرة على التمييز الحكيم والاختيار من بين مجموعة متنوعة من الأدوات التي تلائم المخرجات والنتائج المنشودة أكثر من غيرها؛ أي المعرفة بكيفية استخدام الأدوات، وما الذي يجب عمله بواسطة هذه الأدوات، ومتى تستخدم هذه الأدوات لتحقيق النتيجة المطلوبة، والسبب الذي يجعل هذه الأدوات قادرة على تحقيق النتيجة المطلوبة.

**المعرفة الرقمية:** هي القدرة على البحث والتقييم والتوليد الفعال للمعلومات باستخدام مجموعة متنوعة من التكنولوجيات الرقمية. وتفرض على الفرد أن يدرك ويستخدم تلك القدرة للتحكم بالوسائط الرقمية وتحويلها وتوزيعها لتتكيف بسهولة وتخرج بأشكال جديدة.

**المحافظ الرقمية:** هي أساليب خلاقة لتنظيم ومشاركة الأعمال والأفكار التي يجمعها الطلبة لغايات متنوعة، إذ يمكن لهم أن يعرضوا المنتج التراكمي لمشروع كبير، أو أن يظهروا تقدمهم في المادة على مدار فصل دراسي أو أي فترة زمنية أخرى.

**تكنولوجيا المعلومات:** هي استخدام تطبيقات الحاسوب ومعدات الاتصالات السلكية واللاسلكية لتخزين واستعادة ونقل ومعالجة البيانات.

**إدماج التكنولوجيا:** هو دمج التكنولوجيا في الغرفة الصفية؛ لتسهيل عملية التعلم. يستخدم الطلبة التكنولوجيا بهدف تعلم المحتوى الدراسي وإظهار فهمهم، وليس فقط لمجرد اكتساب الخبرة باستخدام الأداة المختارة.

الدليل التدريبي في صحة المراهقة، وزارة التربية والتعليم العالي لدولة فلسطين [www.moe.gov.ps](http://www.moe.gov.ps)

جاسم محمد - مروان الياسري: اتجاهات حديثة في التدريس الرياضي 2004م، طبعة أولى، عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.

عبدالفتاح أبو العلا - أحمد عبدالفتاح: بيولوجيا الرياضة، الطبعة الأولى، القاهرة، دار الفكر.

أبو العلا، أحمد عبدالفتاح: بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي 2000م، القاهرة، دار الفكر العربي.

أمير كاظم جابر السالمية: اللياقة البدنية والصحة، الكويت.

أحمد البساطي: أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته، جامعة الإسكندرية، منشأة المعارف الإسكندرية.

هزاع الهزاع: قياس مستوى النشاط البدني والطاقة المصروفة لدى الإنسان 2004م، مكتبة الملك فهد الوطنية.

عصام محمد حلمي: الصحة واللياقة البدنية وضبط الوزن، القاهرة، دار المعارف.

على البشير الأفندي: المرشد التربوي الرياضي، طرابلس، المنشأة العامة للنشر والطباعة والتوزيع.

رمضان ياسين: علم النفس الرياضي؛ الطبعة الأولى، عمان، دار أسامة للنشر.

كمال عبدالحميد إسماعيل - محمد عبدالفتاح أبو العلا: الثقافة الصحية الرياضية، 2001م، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

محمد حسن علاوي - محمد عبدالفتاح أبو العلا: فيسيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

Christian Paths to Health and Wellness 2nd Edition eBook, ISBN: 9781450449847, Published by Human Kinetics.

Fitness and Health, Brian J.Sharkey, Published by Human Kinetics, ISBN: 0-87322-878-2.

Physiology Of Fitness, Published by Human Kinetics 1990, ISBN: 0-87322-878-2

Human Physiology Third Edition, Rhoades and Pflanzner, Published by Saunders College Publishing ISBN: 0-03-005159-2.

Astrand, P. and Rodahl Textbook of work of physiology : Physiology bases of exercise (2nd ed), New York: McGraw-Hill.

Educating for Health , by Valerie Ubbes. 2008, ISBN-13: 9780736056274.

Health Behavior and Health Education, Theory Research and Practice, 2008, By Karen Glanz and Barbra K.Rimer ISBN-13: 858-5522352636 ISBN-10: 0787996149 Edition: 4th.

Promoting Health and Emotional Well-Being in Your Classroom - Page, RM & Page, ISBN: 0763776122, Publication Date: c2011, Published by Human Kinetics.

Mary H. Bronson, Micheal Cleary, Betty M. Hubbard, by McGraw Hill Glencoe “الصحة والعافية” Health and Wellness

Institute of Applied TechnologyA specially customized Edition for”صحة الفتيات”Young Women’s Health

A specially customized Edition for Institute of Applied Technology. Health مهارات صحية للحياة “Skills for Life”

- Abu-Rabia, S., & Siegel, L. S. (2002). Reading, syntactic, orthographic, and working memory skills of bilingual Arabic-English speaking Canadian children. *Journal of Psycholinguistic Research*, 31, 661-678.
- August, D., & Shanahan, T. (2006). *Developing literacy in second-language learners*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- International Baccalaureate Organization. (2013). *Connecting IB to the Core. IB and the Common Core State Standards. Relationship studies: Resources to inform curriculum alignment*. Geneva, Switzerland: Author. Retrieved from: <[http://www.ibo.org/iba/commoncore/documents/CCRS\\_ELA\\_2013.pdf](http://www.ibo.org/iba/commoncore/documents/CCRS_ELA_2013.pdf)>
- Council of Europe. (no date). *Common European framework of reference for languages: Learning, teaching assessment. Structured overview of all CEFR scales*.
- "ETS® Proficiency Profile Proficiency Levels." ETS® Proficiency Profile. N.p., n.d. Web. 14 Aug. 2014. <[http://www.ets.org/proficiencyprofile/scores/proficiency\\_classifications/levels](http://www.ets.org/proficiencyprofile/scores/proficiency_classifications/levels)>
- Fender, M. (2008). Arabic literacy development and cross-linguistic effects in subsequent L2 literacy development. In K. Koda & A. M. Zehler (Eds.), *Learning to read across languages: Cross-linguistic relationships in first- and second-language literacy development* (101-124). New York, NY: Routledge.
- Government of the United Kingdom. (no date). *The national curriculum*. Retrieved from: <https://www.gov.uk/national-curriculum>
- Harris, T. L. & Hodges, R. E. (Eds.). (1995). *The literacy dictionary: The vocabulary of reading and writing*. Newark, DE: International Reading Association
- International English Language Testing System." *Welcome to IELTS*. N.p., n.d. Web. 14 Aug. 2014. <<http://www.ielts.org/>>
- Koda, K., & Zehler, A. M. (Eds.). (2008). *Learning to read across languages: Cross-linguistic relationships in first- and second-language literacy development*. New York, NY: Routledge.
- Lankshear, C., & Knobel, M. (Eds.) (2008). *Introduction: Digital literacies: Concepts, policies, and practices*. Retrieved July 14, 2014, from: [http://scholar.google.com/scholar?q=digital+literacy+articles&hl=en&as\\_sdt=0&as\\_vis=1&oi=scholar](http://scholar.google.com/scholar?q=digital+literacy+articles&hl=en&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar)
- Preparing America's students for success. *Common Core State Standards Initiative*. N.p., n.d. Web. 14 Aug. 2014. <<http://www.corestandards.org>>
- Rose, B. A., & Flannigan, S. L. (2006). *Connecting the digital dots: Literacy of the 21st century*. Retrieved July 14, 2014, from: <http://www.educause.edu/ero/article/connecting-digital-dots-literacy-21st-century>
- STELLA - Standards for Teachers of English Language and Literacy in Australia: *STELLA Project*. STELLA - Standards for Teachers of English Language and Literacy in Australia: *STELLA Project*. N.p., n.d. Web. 14 Aug. 2014. <<http://www.stella.org.au/>>
- The Lexile framework for reading map: *Matching readers with texts*." Lexile. N.p., n.d. Web. 14 Aug. 2014. [http://cdn.lexile.com/m/cms\\_page\\_media/135/Lexile%20Map\\_8.5x11\\_FINAL\\_Updated\\_May\\_2013%20\(4\).pdf](http://cdn.lexile.com/m/cms_page_media/135/Lexile%20Map_8.5x11_FINAL_Updated_May_2013%20(4).pdf)
- The New Zealand Curriculum Online. *Understanding the standards / Reading and writing standards / National Standards / Kia ora*. N.p., n.d. Web. 14 Aug. 2014. <<http://nzcurriculum.tki.org.nz/National-Standards/Reading-and-writing-standards/Understanding-the-standards>>
- Webb, N. L. (2002). *Depth of knowledge levels for four content areas*. Retrieved, July 12, 2014, from: <http://ossucurr.pbworks.com/w/file/attach/49691156/Norm%20web%20dok%20by%20subject%20area.pdf>, (see also [https://www.youtube.com/watch?v=qFXU6\\_TYljc](https://www.youtube.com/watch?v=qFXU6_TYljc))

