

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| الوحدة | اليوم | التاريخ | الحصة | الفصل | الموضوع |
| صحتي وسلامتي |  |  |  | اولى –ا-ب -ج | الجلوس الصحيح |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| الاهداف | المحتوى | الاستراتيجية | المهارة | الوسائل | التقويم |
| **ان تطبق التلميذة وضع الجسم الصحي في الجلوس عمليا** | **تطبيق الجلوس الصحيح عمليا** | **من خلال استخدام الكرسي ومناقشة التلميذات في كيفية الجلوس الصحيح على الكرسي** | **التطبيق** | **كرسي****جهاز العرض** | **س- طبقي وضع الجسم الصحيح في الجلوس عمليا** |
| **ان تدرك التلميذة اخطار الجلوس الخاطئ على سلامة الظهر والعمود الفقري** | **اخطار الجلوس الخاطئ على سلامة ا لظهر والعمود الفقري** | **من خلال عرض صور بالبورينت عن الجلوس الخاطئ وأثره على صحة الظهر والعمود الفقري** | **الطلاقة****المقارنة** | **جهاز العرض** | **س- ماهي اخطار الجلوس الخاطئ على سلامة الظهر والعمود الفقري ؟** |
| **ان تبدي التلميذة رأيها****فيما يجلس الجلسة الخاطئة** | **بيان اثار الجلوس الخاطئ على صحة الظهر والعمود الفقري** | **من خلال عرض صور لبعض الجلسات الخاطئة****واثرهاعلى صحة الظهر والعمود الفقري** | **السبب والنتيجة** | **جهاز العرض****كرسي** | **ابدي رأيك في من فيما يجلس الجلسة الخاطئة** |
| **ان تحرص التلميذة على تطبيق الجلسة الصحيحة اثناء الجلوس على الكرسي او الجلوس في الصلاة** | **حرص التلميذة على تطبيق الجلسة الصحيحة اثناء الجلوس على الكرسي او الجلوس في الصلاة** | **من خلال استخدام السجادة ورداء الصلاة تطبق التلميذة الجلسة الصحيحة في الصلاة** | **مهارة الملاحظة****مهارة التطبيق** | **جهاز العرض** | **س- ماواجبك تجاه جلسة الرسول صلى الله عليه وسلم في الصلاة** |