

رقم الجذادة

القراءة الوظيفية

المكون

اللغة العربية

المستوى 5

المرجع: مرشي  
في اللغة العربية

الوحدة 6 الأسبوع 1  
الحصص: 1+2+3

التدريب الرياضي

الموضوع

المجال: الألعاب والرياضة

الأهداف: اكتشاف أهم أنواع الألعاب الرياضية وفوائدها - التدرب على قراءة مكونات الصورة وربطها بموضوع  
الدرس - التمرن على القراءة السليمة والمعبرة  
استثمار معجم النص وأساليبه في مواقف تواصلية ترتبط بالتواصل والاتصال .  
الوسائل: كتاب المتعلم- سبورة - صور- وثائق مصورة.  
صيغ العمل: عمل فردي - عمل تفاعلي في مجموعات.

### الوحدة الأولى: القراءة والفهم (ص 196-197 من الكتاب المدرسي)

#### تدبير الأنشطة التعليمية التعليمية

#### المراحل

– يحدد الأستاذ أهداف الدرس .  
– يهيئ الأستاذ المتعلمين والمتعلمات لقراءة النص باستثارة معلوماتهم عن أنواع الألعاب الرياضية وفوائدها  
فيستهل الحصة بحوار انطلاقا من تمثلاتهم وخبراتهم، مستعينا بأسئلة يتدرج فيها تدرجا منهجيا من قبيل:  
« ماذا يجب أن يفعل كل رياضي يريد أن يصبح بطلا رياضيا ويفوز بالألقاب ؟ ( عليه أن يتدرب تدريبا مكثفا  
وشاقا )  
« هل كل الرياضات تحتاج إلى أجسام ضخمة ؟ ( هناك رياضات تحتاج إلى أنواع من الاجسام الثقيلة  
والمتوسطة والخفيفة كالمصارعة والملاكمة ، ورياضات أخرى تحتاج إلى أجسام رشيقة  
وعضلات قوية كالعدو والسباحة...)  
سنتعرف في هذا الدرس على معطيات جديدة حول المتطلبات الجسمانية التي تلائم كل رياضة.

#### التهيئة للقراءة

– يعرض الأستاذ صورة كتاب المتعلم ص 197/196 ويدعو المتعلمين إلى ملاحظتها والتعبير عنها في جمل مفيدة

#### الملاحظة والتوقع



– يدعو الأستاذ المتعلمين والمتعلمات إلى التمعن في الصورة (كتاب المتعلم ص 197/196) وعنوان النص "التدريب الرياضي" ، وذكر العلاقة بينهما، ثم اختيار توقع من التوقعات التي لها علاقة بالعنوان: (مع تحليل التوقع).  
– يناقش الأستاذ توقعات المتعلمين والمتعلمات ويختارون المناسب منها لبناء فرضية القراءة وعلى ضوءها يمكن اختيار عنوان آخر للنص.

– يقرأ الأستاذ فقرة من نص (التدريب الرياضي " ) قراءة جهريّة معبرة يراعي فيها تنغيم الصوت في مواطن الاستفهام والتعجب، وتشخيص المواقف.  
– يتابع المتعلمون قراءة الأستاذ النموذجية .  
– يتناوب المتعلمون على قراءة بقية فقرات النص مقتدين بقراءة الأستاذ النموذجية.  
– يدعو الأستاذ المتعلمين والمتعلمات إلى تدوين الكلمات الصعبة على دفاترهم بالتتابع أو على السبورة.

#### القراءة

<p>- يمر الأستاذ بين الصفوف ليتثبت من قراءاتهم، ويقدم المساعدة للمتعثرين في القراءة.</p> <p>- يستدرج الأستاذ المتعلمين والمتعلمات إلى النقاط بعض المؤشرات المساعدة في فهم النص.</p> <p>يوظف الأستاذ مثلاً الخطاطة وشبكة المفردات التالية :</p> <p>① اضيف الكلمة المناسبة للعنوان:</p> <p>مهم</p> <p>شاق</p> <p>مفيد</p> <p>يقوي الجسم</p> <p>التدريب الرياضي</p> <p>طريق النجاح</p> <p>② - أكمل عائلة المفردات الخاصة بالرياضة والرياضية:</p> <table border="1"> <tr> <td>العضلات</td> <td>الأجسام</td> <td>الحركة</td> <td>الوزن</td> <td>التنقل</td> <td>الصلابة</td> <td>القوة</td> </tr> <tr> <td>التدريب</td> <td>الانتباه</td> <td>التحمل</td> <td>الصبر</td> <td>التركيز</td> <td>المشقة</td> <td>المثابرة</td> </tr> </table> <p>③ - أقرأ الفقرة الأولى وأضع الأرقام 1-2-3-4 لأرتب ما شرحه الأستاذ لأحمد حول التدريب الرياضي:</p> <table border="1"> <tr> <td>إعداد الرياضي ②</td> <td>الفوز بالألقاب ④</td> <td>التدريب الجيد ①</td> <td>اكتساب القوة ③</td> </tr> </table> <p>④ أصل بين كل رياضة وما تحتاج إليها :</p> <table border="1"> <tr> <td>السباحة</td> <td>○</td> <td>قوة الساعدين</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>الملاكمة</td> <td>○</td> <td>سرعة حركة الجسم وقوة الانتباه</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>العدو</td> <td>○</td> <td>أجسام ضخمة وعضلات قوية</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>المصارعة</td> <td>○</td> <td>جسم رشيق يساعده على سرعة الحركة</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>رمي الرمح</td> <td>○</td> <td>قوة القدمين</td> <td>○</td> </tr> </table> <p>⑤ لماذا يعتبر التدريب مهما بالنسبة للرياضي والرياضية؟ ( لأنه يحافظ على قوته ونشاطه ومهارته في اللعب والاداء الرياضي الجيد.)</p> <p>⑥ ما دور المدرب بالنسبة للتدريب الرياضي؟ ( هو عنصر أساسي ومهم بالنسبة للرياضي، إليه يعود السبب الرئيسي في نجاحه الرياضي أو خسارته )</p>	العضلات	الأجسام	الحركة	الوزن	التنقل	الصلابة	القوة	التدريب	الانتباه	التحمل	الصبر	التركيز	المشقة	المثابرة	إعداد الرياضي ②	الفوز بالألقاب ④	التدريب الجيد ①	اكتساب القوة ③	السباحة	○	قوة الساعدين	○	الملاكمة	○	سرعة حركة الجسم وقوة الانتباه	○	العدو	○	أجسام ضخمة وعضلات قوية	○	المصارعة	○	جسم رشيق يساعده على سرعة الحركة	○	رمي الرمح	○	قوة القدمين	○	<p>الفهم</p>
العضلات	الأجسام	الحركة	الوزن	التنقل	الصلابة	القوة																																	
التدريب	الانتباه	التحمل	الصبر	التركيز	المشقة	المثابرة																																	
إعداد الرياضي ②	الفوز بالألقاب ④	التدريب الجيد ①	اكتساب القوة ③																																				
السباحة	○	قوة الساعدين	○																																				
الملاكمة	○	سرعة حركة الجسم وقوة الانتباه	○																																				
العدو	○	أجسام ضخمة وعضلات قوية	○																																				
المصارعة	○	جسم رشيق يساعده على سرعة الحركة	○																																				
رمي الرمح	○	قوة القدمين	○																																				
<p>التقويم والدعم</p> <p>يكون المتعلم (ة) قد حقق (ت) الهدف إذا :</p> <p>- قرأ النص قراءة سليمة ومعبرة دون تعثر.</p> <p>- إذا أدرك مكونات الصورة وبعض المؤشرات الدالة في النص.</p> <p>- فهم مضمون النص وتعرف أسلوب وطريقة وفوائد ممارسة الرياضة.</p>	<p>التقويم والدعم</p>																																						
<p>الحصة الثانية: التحليل والمناقشة (ص 196/197 من الكتاب المدرسي )</p> <p>وضعية انطلاق</p> <p>- يمهد الأستاذ للحصة بربط السابق باللاحق ، من خلال مطالبة المتعلمات والمتعلمين بالتذكير بعنوان النص الوظيفي وبمضمونه العام انطلاقاً من أسئلة محددة ومركزة. مثل:</p> <p>✓ لماذا يعتبر التدريب مهما بالنسبة للرياضي والرياضية؟ ( لأنه يحافظ على قوته ونشاطه ومهارته في اللعب والاداء الرياضي الجيد.)</p> <p>✓ على ماذا يعتمد التدريب الرياضي ؟ ( على الصبر، والاستمرار، والصمود)</p>																																							

<p>– يقرأ الأستاذ نص (التدريب الرياضي) قراءة جهريّة معبرة يراعي فيها تنغيم الصوت في مواطن الاستفهام والتعجب، وتشخيص المواقف.</p> <p>– يتناوب المتعلمون والمتعلمات على قراءة بقية فقرات النص مقتدين بقراءة الأستاذ النموذجية، مراعين شروط القراءة السليمة.</p> <p>– يقومون أداءهم القرآني فيما بينهم.</p>	<p>قراءة النص</p>															
<p>للأستاذ (ة) صلاحية انتقاء الأنشطة التي يراها مناسبة لمستوى المتعلمات والمتعلمين ولتدبير زمن الحصة.</p> <p>– أثناء قراءة المتعلمات والمتعلمين يتوقف الأستاذ(ة) عند الكلمات الصعبة التي حددها في الحصة السابقة. لشرحها ومطالبتهم بتركيبها في جمل مفيدة.</p> <p>لتحليل النص بوجه الأستاذ(ة) المتعلمات والمتعلمين لإنجاز الأنشطة التالية:</p> <p><b>7 أحيط العنصر الذي لم يذكر حول التدريب الرياضي:</b></p>	<p>التحليل</p>															
<table border="1"> <tr> <td>الجنس</td> <td>الوزن</td> <td>العمر</td> <td>القامة</td> <td>يختلف التدريب الرياضي حسب:</td> </tr> <tr> <td>الاصمود</td> <td>الاستمرار</td> <td>القوة</td> <td>الصبر</td> <td>يعتمد التدريب الرياضي على:</td> </tr> <tr> <td>الغذاء</td> <td>الراحة</td> <td>السكن</td> <td>النوم</td> <td>يتطلب التدريب الرياضي أسلوباً في:</td> </tr> </table>	الجنس	الوزن	العمر	القامة	يختلف التدريب الرياضي حسب:	الاصمود	الاستمرار	القوة	الصبر	يعتمد التدريب الرياضي على:	الغذاء	الراحة	السكن	النوم	يتطلب التدريب الرياضي أسلوباً في:	
الجنس	الوزن	العمر	القامة	يختلف التدريب الرياضي حسب:												
الاصمود	الاستمرار	القوة	الصبر	يعتمد التدريب الرياضي على:												
الغذاء	الراحة	السكن	النوم	يتطلب التدريب الرياضي أسلوباً في:												
<p><b>8 أحدد لكل عنصر ما استفدته من النص</b></p>																
<p>يحافظ على القوة والنشاط والمهارة في اللعب.</p> <p>الصبر والاستمرار والاصمود</p> <p>سرعة الحركة وقوة الانتباه</p> <p>تحتاج لتدريبات شاقّة للمحافظة على القوة والنشاط والمهارة في اللعب</p>	<p>أهمية التدريب ودوره.</p> <p>ما يميز به الرياضي والرياضية.</p> <p>مهارة الرياضي والرياضية.</p> <p>حياة الرياضي والرياضية.</p>															
<p>9 يدعو الأستاذ(ة) المتعلمات والمتعلمين إلى مناقشة ما يجب ان يتميز به الرياضي والرياضية من خلال ما يلي:</p> <p>○ تحمل التدريب الصعب:</p> <p>○ مواجهة الضغط النفسي:</p> <p>○ احترام القدرة الفردية:</p>	<p>المناقشة</p>															
<p>يكون المتعلم (ة) قد حقق (ت) الهدف إذا:</p> <p>-تعرف على معاني الكلمات، ومناقشة الافكار -</p> <p>- حدد عناصر وعبر عنها، وناقش أفكارا بأسلوبه الخاص .</p>	<p>التقويم والدعم</p>															
<p><b>الحصة الثالثة: الاستثمار الصفحة 196/197 من كتاب التلميذ</b></p>																
<p>- يمهّد الأستاذ للحصة بربط السابق باللاحق ، من خلال مطالبة المتعلمات والمتعلمين بالتذكير بعنوان النص الوظيفي وبمضمونه العام انطلاقاً من أسئلة محددة ومركزة.</p> <p>– يستدرج المتعلمات والمتعلمين لاستحضار المعجم المروج في الحصتين السابقتين من الدرس القرآني يسترجع المتعلمون والمتعلمات المعجم المرتبط بالتدريب الرياضي</p>	<p>وضعية انطلاق</p>															
<p>يقرأ الأستاذ (ة) النص ، وينتدب بعض المتعلمات والمتعلمين لقراءته مع مراعاة القراءة السليمة.</p>	<p>قراءة النص</p>															
<p>يوجه الأستاذ(ة) المتعلمات والمتعلمين إلى ملاحظة عناصر الأسلوب التالي ويدعوهم إلى النهج على منوالها بتوظيفها في أساليبهم:</p> <p>✓ لا يكون بطلاً إلا إذا قام بتدريبات كثيرة حتى يصبح قويا .</p> <p>✓ التدريب أهم شيء للرياضي لأنه يحافظ على قوته ونشاطه.</p> <p>✓ يمكن أن أكون رياضياً بدون أن أتحمّل تدريبات شاقاً.</p> <p>بما فيها الشمس طبيعتها الغازية الدائمة.</p>	<p>التركيب والأساليب</p>															

<p> <b>البحث</b>          &lt; يوجه الأستاذ(ة) المتعلمات والمتعلمين للبحث عن أسماء رياضيين ورياضيات برزوا في نوع رياضي واعد بطاقات عنهم مرفقة بصور مثل:       </p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p> <b>صورة الرياضي (ة)</b>  <b>*اسم الرياضي (ة)</b>  <b>*موطنه (ة)</b>  <b>*الرياضة الممارسة"</b>  <b>*ما حققه /وما حققته من الالقاب:</b> </p> </div> <p>         يكون المتعلم (ة) قد حقق (ت) الهدف إذا :          - استوعب المعجم المرتبط بنص التدريب الرياضي - تعرف مضامين النص - فهم فوائد التدريبات الرياضية.       </p>	<p> <b>التقويم والدعم</b> </p>