



الاختبارات العملية للمرحلة الابتدائية للعام الدراسي 2025/2024م

الموجهة الفنية العامة للتربية البدنية / بنات - بالتكليف

د. يسرى فيصل العطيرد. يسرى فيصل العطير
الموجهة العامة للتربية البدنية بنات بالتكليف



التوجيه الفني العام للتربية البدنية بنات

خطة تقويم و تقييم مادة التربية البدنية والصحية للمرحلة الابتدائية للصف
(الأول - الثاني - الثالث - الرابع - الخامس)
للعام الدراسي (2024 - 2025 م)

الدرجة الكلية	التقويم التحصيلي
60	<p>يتم من خلال تقويم الكفايات الخاصة المرتبطة بمعايير المنهج وفقا لتطبيق مجالات التقويم التحصيلي :</p> <ul style="list-style-type: none"> - المشاركة والتفاعل - التطبيقات و الممارسات - المشروع

توزيع درجات التقييم النهائي للاختبارات العملية للفصل الدراسي الأول والثاني

مجموع درجات الاختبارات العملية	التقييم النهائي اختبار واحد يشمل (4 تمارين)			
	الاختبار الرابع	الاختبار الثالث	الاختبار الثاني	الاختبار الاول
40	10	10	10	10

المجموع الكلي للتقويم و التقييم للفصل الدراسي الأول والثاني

المجموع الكلي	التقييم النهائي	التقويم التحصيلي
100	40	60

توزيع درجات التقويم التحصيلي للمرحلة الابتدائية
للعام الدراسي 2024 – 2025 م

المجال	البند	الدرجة	المجموع
المشاركة و التفاعل	سلوك المتعلم	2	24
	الالتزام بالتعليمات و التوجيهات	2	
	تفاعل المتعلم واستجابته	2	
	فهم المتعلم و استيعابه للمادة	2	
	مرونة المتعلم و قدرته على التكيف	2	
	تواصله البناء داخل الفصل	2	
	المشاركة الفعالة في المناقشة والحوار	2	
	التعاون والعمل مع المجموعات	2	
	اكتمال أدوات المتعلم	8	
التطبيقات والممارسات	الإجابة التحريرية عن الأسئلة	-	24
	حل مسائل ومشكلات	1	
	إجراء عمليات وتجارب	1	
	أداء تدريبات وتمارين	8	
	القيام بمهام ومسئوليات	3	
	عرض أفكار وأعمال	3	
	تحليل محتوى أو بيانات	1	
	استخدام أدوات أو أجهزة	3	
	ممارسات لغوية : قراءة وكتابة	1	
	ممارسات فنية ونقدية وابداعية	3	
المشروع	التخطيط للمشروع	3	12
	تنفيذ المشروع	4	
	عرض المشروع	5	
	ملاحظات: - مشروع واحد إلزامي فقط في الفصل الدراسي الأول والفصل الدراسي الثاني وتحسب درجة المشروع من ضمن التقويم التحصيلي. - ينفذ المشروع داخل الفصل وتحت اشراف المعلم و بالإمكانات المتاحة داخل المدرسة. - تخصص كل مادة حصة أو أكثر لتنفيذ المشروع.		
المجموع			60

الصف

الأول الابتدائي

معايير الاختبارات العملية للصف الأول الابتدائي
للعام الدراسي 2024 – 2025م الفصل الدراسي الأول

معايير الاختبارات						
الدرجة	القياس		الدرجة	القياس		الاختبار الأول (للياقة البدنية والصحية)
	من	إلى		من	إلى	
10	4		10	7 ث	وأقل	الجري الارتدادي لمسافة (10م) بأقل زمن ممكن (10 درجات)
7	3			8 ث	10 ث	
4	2			11 ث	وأكثر	
	القياس		الدرجة	القياس		الاختبار الثاني (الوعي بالجسم والفراغ)
الدرجة	من	إلى		من	إلى	
10	7 م	وأكثر	10	7 ث	وأقل	الحجل بالقدمين لمسافة (10 م) بأقل زمن ممكن (10 درجات)
7	6 م	5 م		8 ث	10 ث	
4	4 م	وأقل		11 ث	وأكثر	

معايير الاختبارات العملية للصف الأول الابتدائي
للعام الدراسي 2024 – 2025 م الفصل الدراسي الثاني

معايير الاختبارات					
الدرجة	القياس	الاختبار الثالث (التعامل مع الكرة والوعي بالمكان)	الدرجة	القياس	الاختبار الأول (التنوع باستخدام حركات الجسم)
10	3	ركل الكرة من الثبات للتصويب على هدف لمسافة (3 م) 3 أهداف صحيحة من أصل 5 أهداف (10 درجات)	10	الاداء المهاري الصحيح	الدرجة الأمامية (10 درجات)
7	2		7	الاداء المهاري المتوسط	
4	1		4	الاداء المهاري الضعيف	
الدرجة	القياس	الاختبار الرابع (التمرير وامتصاص الكرة)	الدرجة	القياس	الاختبار الثاني (التنوع باستخدام حركات الجسم)
10	4	التمرير واللقف من الثبات مع الزميل لمسافة (2 م) 4 محاولات صحيحة من أصل 6 محاولات (10 درجات)	10	الاداء المهاري الصحيح	الدوران ثم الارتكاز على قدم واحدة (الميزان العالي) (10 درجات)
7	3		7	الاداء المهاري المتوسط	
5	2		4	الاداء المهاري الضعيف	
3	1 واقل				

الصف

الثاني الابتدائي

معايير الاختبارات العملية للصف الثاني الابتدائي
للعام الدراسي 2024 – 2025م للفصل الدراسي الأول

معايير الاختبارات							
الدرجة	القياس		الاختبار الثالث (التعامل مع الكرة)	الدرجة	القياس		الاختبار الأول (اللياقة البدنية و الصحية)
	الى	من			الى	من	
10	وأكثر	7 م	رمي الكرة الصغيرة لأبعد مسافة ممكنة (10 درجات)	10	وأقل	6 ث	الجري لمسافة (15 م) بأقل زمن ممكن (10 درجات)
7	5 م	6 م		7	8 ث	7 ث	
4	وأقل	4 م		4	وأكثر	8 ث	
الدرجة	القياس		الاختبار الرابع (التعامل مع الكرة)	الدرجة	القياس	الاختبار الثاني (التعامل مع الكرة)	
	الى	من				الى	من
10	وأقل	13 ث	تنطيط الكرة في خط مستقيم لمسافة (15 م) بأقل زمن ممكن (10 درجات)	10	3	رمي ولقف الكرة لأعلى من الثبات 3 محاولات صحيحة من أصل 6 محاولات (10 درجات)	
7	15 ث	14 ث		7	2		
4	وأكثر	16 ث		4	1		

معايير الاختبارات العملية للصف الثاني ابتدائي
للعام الدراسي 2024 – 2025م للفصل الدراسي الثاني

معايير الاختبارات					
الدرجة	القياس	الاختبار الثالث (التنوع باستخدام حركات الجسم)	الدرجة	القياس	الاختبار الأول (التعامل مع الكرة)
10	الأداء المهاري الصحيح	الامتداد و التكور لعمل الدرجة الامامية المكورة (10 درجات)	10	4	رمي الكرة الى أعلى ولقفها بعد ارتدادها من الأرض 4 محاولات صحيحة من أصل 6 محاولات (10 درجات)
7	الأداء المهاري المتوسط		7	3	
4	الأداء المهاري الضعيف		4	2 و أقل	
الدرجة	القياس	الاختبار الرابع (التنوع باستخدام حركات الجسم)	الدرجة	القياس	الاختبار الثاني (التعامل مع الكرة)
10	الأداء المهاري الصحيح	الدرجة الخلفية (10 درجات)	10	4	ركل الكرة الثابتة على هدف من مسافة (4 م) 4 محاولات صحيحة من أصل 6 محاولات (10 درجات)
7	الأداء المهاري المتوسط		7	3	
4	الأداء المهاري الضعيف		4	2 و أقل	

الصف

الثالث الابتدائي

معايير الاختبارات العملية للصف الثالث الابتدائي
للعام الدراسي 2024 – 2025م الفصل الدراسي الأول

معايير الاختبارات							
الدرجة	القياس		الاختبار الثالث (تمرير الكرات للألعاب المختلفة - كرة يد)	الدرجة	القياس		الاختبار الأول (اللياقة البدنية والصحية)
	الى	من			الى	من	
10	وأكثر	15ث	التمرير بيد واحدة من مستوى الكتف على الحائط والاستلام باليدين لمسافة 1.5م خلال 20 ث (10 درجات)	10	وأقل	8 ث	الجري الارتدادي لمسافة 15 م بأقل زمن ممكن (10 درجات)
7	14	13		7	10 ث	9 ث	
4	وأقل	12		4	واكثر	11 ث	
الدرجة	القياس		الاختبار الرابع (الرمي واللقف)	الدرجة	القياس		الاختبار الثاني (تمرير الكرات للألعاب المختلفة - كرة سلة)
10	4		رمي الكرة بيد واحدة ولقفها باليدين مع الزميلة 4 محاولات صحيحة من أصل 6 محاولات (10 درجات)	10	4		التمريرة من فوق الرأس للزميلة من مسافة (3م) 4 محاولات صحيحة من أصل 6 محاولات (10 درجات)
7	3			7	3		
4	2 وأقل			4	2 وأقل		

معايير الاختبارات العملية للصف الثالث ابتدائي
للعام الدراسي 2024 - 2025م للفصل الدراسي الثاني

معايير الاختبارات						
الدرجة	القياس		الاختبار الثالث (التنقل باستخدام مختلف اوزان الجسم)	الدرجة	القياس	الاختبار الأول (الأوضاع الأساسية)
10	الأداء المهاري الصحيح		الدرجة الأمامية (10 درجات)	10	الأداء المهاري الصحيح	ربط عدد 3 أوضاع مشتقة لتحريك الذراعين من وضع الوقوف في زمن 5 ث (10 درجات)
7	الأداء المهاري المتوسط			7	الأداء المهاري المتوسط	
4	الأداء المهاري الضعيف			4	الأداء المهاري الضعيف	
الدرجة	القياس		الاختبار الرابع (الانتقال من مكان لآخر باستخدام الكرة - كرة السلة)	الدرجة	القياس	الاختبار الثاني (التنقل باستخدام مختلف اوزان الجسم)
	من	إلى				
10	10 ث	واقل	تنطيط الكرة في خط مستقيم لمسافة (15م) بأقل زمن ممكن (10 درجات)	10	الأداء المهاري الصحيح	الوثب باستخدام الحبل بالتبادل (10 درجات)
7	11 ث	12 ث		7	الأداء المهاري المتوسط	
4	13 ث	وأكثر		4	الأداء المهاري الضعيف	

الصف

الرابع الابتدائي

معايير الاختبارات العملية للصف الرابع الابتدائي
للعام الدراسي 2024 – 2025م للفصل الدراسي الأول

معايير الاختبارات					
الدرجة	القياس	الاختبار الثالث (كرة السلة)	الدرجة	القياس	الاختبار الأول (كرة اليد)
10	3	التصويب من الثبات على السلة 3 محاولات صحيحة من اصل 6 محاولات (10 درجات)	10	7ث وأقل	تنطيط الكرة من الجري لمسافة 3 م بأقل زمن ممكن (10 درجات)
7	2		7	8ث وأقل	
4	1		4	11ث وأقل	
الدرجة	القياس	الاختبار الرابع (التعبير الحركي)	الدرجة	القياس	الاختبار الثاني (كرة السلة)
10	الأداء المهاري الصحيح	أوضاع البالية الخمسة (10 درجات)	10	4	التمريرة الصدرية للزميلة من مسافة 3 م 4 محاولات صحيحة من أصل 6 محاولات (10 درجات)
7	الأداء المهاري المتوسط		7	3	
4	الأداء المهاري الضعيف		4	2 وأقل	

معايير الاختبارات العملية للصف الرابع ابتدائي
للعام الدراسي 2024 – 2025م للفصل الدراسي الثاني

معايير الاختبارات					
الدرجة	القياس	الاختبار الثالث (الجمباز)	الدرجة	القياس	الاختبار الأول (ألعاب القوى)
10	الأداء المهاري الصحيح	الوقوف على اليدين (10 درجات)	10	1.50 م وأكثر	الوثب الطويل (بطريقة القرفصاء) (10 درجات)
7	الأداء المهاري المتوسط		7	1 م وأكثر	
4	الأداء المهاري الضعيف		4	1 م وأقل	
الدرجة	القياس	الاختبار الرابع (التمرينات الحديثة)	الدرجة	القياس	الاختبار الثاني (ألعاب القوى)
10	الأداء المهاري الصحيح	الحجل الامامي المتقاطع من الحركة (10 درجات)	10	0.75 م وأكثر	دفع الجلة من الثبات (10 درجات)
7	الأداء المهاري المتوسط		7	0.50 م وأكثر	
4	الأداء المهاري الضعيف		4	0.50 م وأقل	

الصف

الخامس الابتدائي

معايير الاختبارات العملية للصف الخامس الابتدائي
للعام الدراسي 2024 – 2025م للفصل الدراسي الأول

معايير الاختبارات					
الدرجة	القياس	الاختبار الثالث (الجمباز)	الدرجة	القياس	الاختبار الأول (كرة السلة)
10	أداء مهاري صحيح	القفز على المهر داخلاً (10 درجات)	10	25 و أكثر	التمرير باليدين من فوق الرأس على الحائط على بعد 2م بزمان وقدره 30 ث (10 درجات)
7	أداء مهاري متوسط		7	20 و أكثر	
4	أداء مهاري ضعيف		4	أقل من 20	
الدرجة	القياس	الاختبار الرابع (الكرة الطائرة)	الدرجة	القياس	الاختبار الثاني (كرة السلة)
10	أداء الارسال وعبور الكرة للشبكة	الارسال من أسفل جانبي أداء محاولة صحيحة من أصل 3 محاولات (10 درجات)	10	15 ث و أقل	تنطيط الكرة من الجري في خط مستقيم لمسافة 20 متر (ذهاباً فقط) بأقل زمن ممكن (10 درجات)
7	أداء الارسال مع عدم عبور الكرة للشبكة		7	16 ث و أكثر	
4	محاولة أداء الارسال مع عدم عبور الكرة لشبكة		4	18 ث و أكثر	

معايير الاختبارات العملية للصف الخامس الابتدائي
للعام الدراسي 2024 – 2025م للفصل الدراسي الثاني

معايير الاختبارات					
الدرجة	القياس	الاختبار الثالث (كرة اليد)	الدرجة	القياس	الاختبار الأول (ألعاب القوى)
10	7 ث وأقل	تنطيط الكرة من الجري لمسافة 4 م بأقل زمن ممكن (10 درجات)	10	1 م و أكثر	دفع الكرة من الثبات لأبعد مسافة ممكنة (10 درجات)
7	8 ث وأقل		7	أقل من 1 م 0.5 م	
4	11 ث وأقل		4	0.5 م و أقل	
الدرجة	القياس	الاختبار الرابع (كرة اليد)	الدرجة	القياس	الاختبار الثاني (ألعاب القوى)
10	4 محاولات صحيحة	التصويب من الثبات على الهدف من خط 7 م واحتساب 4 محاولات صحيحة من أصل 6 محاولات (10 درجات)	10	1 م	الوثب الطويل (بطريقة التعلق) (10 درجات)
7	3 محاولات صحيحة		7	0.75 م	
4	محاولتين أو أقل		4	0.5 م و أقل	