

# Fiche Pédagogique

# مذكرة بيداغوجية

الهدف الاجرائي		Objectif Opérationnel	
مقاييس التقييم	ظروف الانجاز	القدرات	Capacités

Matière

المادة

Date

التاريخ

القدرات Capacité	ظروف الانجاز Conditions De Réalisation	دقائق د	الاشكال Schémas	مقاييس التقييم Critères Déval
التركيز و الانتباه	Prise En Main بداية الحصة اصطفاف التلاميذ التحية المناداة مراقبة الزى الرياضي Judogi كيمونو والحالة الصحية إعطاء بسطة حول الحصة	5'		النظام والهدوء التام
التناسق الحركي بين الاعضاء التحكم في الارتكازات	Mise En Train الفترة التحضيرية			تنشيط الدورة الدموية و التنفس و تحمية الجسم
	Corps De La Séance جوهر الحصة			
استرخاء العضلات	Retour Au Calme العودة إلى الهدوء القيام بحركات استرخائية تمطيط العضلات اصطفاف التلاميذ اخذ بعض الآراء حول الحصة	15'		النظام والهدوء التام

Remarques Et Bilan De La Séance

الملاحظات وحوصلة الحصة