

تم تحميل ورفع المادة على منصة



للعودة الى الموقع اكتب في بحث جوجل



المعلم التعليمي



ALMUALM.COM



توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الثالث للعام الدراسي ١٤٤٦ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الثالث ابتدائي	المادة :	التربية البدنية والدفاع عن النفس	عدد الحصص في الأسبوع	٣
الأسبوع	موضوعات المحتوى (١)						
الأسبوع الأول من ١٤٤٦/٩/٢ هـ إلى ١٤٤٦/٩/٦ هـ	القياسات القبلية لقياس عناصر اللياقة البدنية تابع القياسات القبلية لقياس عناصر اللياقة البدنية تابع القياسات القبلية لقياس عناصر اللياقة البدنية						
الأسبوع الثاني من ١٤٤٦/٩/٩ هـ إلى ١٤٤٦/٩/١٣ هـ	ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر الرشاقة الالتفاف والدوران حول محوري الجسم الطولي والعرضي تابع الالتفاف والدوران حول محوري الجسم الطولي والعرضي						
الأسبوع الثالث من ١٤٤٦/٩/١٦ هـ إلى ١٤٤٦/٩/٢٠ هـ	التسلق بطريقة صحيحة وأمنة بواسطة سلال عمودية تابع التسلق بطريقة صحيحة وأمنة بواسطة سلال عمودية تصويب الكرة على هدف ثابت أو متحرك بيد واحدة						
إجازة عيد الفطر	تبدأ الإجازة بنهاية دوام يوم الخميس ٢٠ / ٩ / ١٤٤٦ هـ تستأنف الدراسة يوم الأحد ٨ / ١٠ / ١٤٤٦ هـ						
الأسبوع الرابع من ١٤٤٦/١٠/٨ هـ إلى ١٤٤٦/١٠/١٢ هـ	تقويم نواتج التعلم في وحدة الثامنة وتعزيزها ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر المرونة تصويب الكرة على هدف ثابت أو متحرك باستخدام القدم						
الأسبوع الخامس من ١٤٤٦/١٠/١٥ هـ إلى ١٤٤٦/١٠/١٩ هـ	التسلق بطريقة صحيحة وأمنة بواسطة عقل حائطية تابع التسلق بطريقة صحيحة وأمنة بواسطة عقل حائطية تقويم نواتج التعلم في وحدة التاسعة وتعزيزها						



توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الثالث للعام الدراسي ١٤٤٦ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الثالث ابتدائي	المادة :	التربية البدنية والدفاع عن النفس	عدد الحصص في الأسبوع	٣
الأسبوع	موضوعات المحتوى (٢)						
الأسبوع السادس من ١٤٤٦/١٠/٢٢ هـ إلى ١٤٤٦/١٠/٢٦ هـ	ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر التوافق						
الأسبوع السابع من ١٤٤٦/١٠/٢٩ هـ إلى ١٤٤٦/١١/٣ هـ	ألعاب تمهيدية في كرة القدم						
	ألعاب تمهيدية في الكرة الطائرة						
	ألعاب تمهيدية في كرة السلة						
الأسبوع الثامن من ١٤٤٦/١١/٦ هـ إلى ١٤٤٦/١١/١٠ هـ	ألعاب تمهيدية في كرة اليد						
	ألعاب تمهيدية في رياضة التنس						
	إجازة نهاية أسبوع مطولة يوم الأحد والاثنين ٦ - ٧ / ١١ / ١٤٤٦ هـ						
الأسبوع التاسع من ١٤٤٦/١١/١٣ هـ إلى ١٤٤٦/١١/١٧ هـ	ألعاب تمهيدية في كرة الطاولة						
	ألعاب تمهيدية في الريشة الطائرة						
	تقويم نواتج التعلم في وحدة العاشرة وتعزيزها						
الأسبوع العاشر من ١٤٤٦/١١/٢٠ هـ إلى ١٤٤٦/١١/٢٤ هـ	مدخل رياضة الكاراتيه						
	المهارات الهجومية من الثبات (اللكمات الأمامية المستقيمة)						
	المهارات الهجومية من الثبات (الركلة الأمامية " ماي - جيرى ")						
الأسبوع الحادي عشر من ١٤٤٦/١١/٢٧ هـ إلى ١٤٤٦/١٢/٢ هـ	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من أسفل إلى أعلى " أجي - أوكي ")						
	تابع المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من أسفل إلى أعلى " أجي - أوكي ")						
	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من الخارج إلى الداخل " سوتو - أوكي ")						
الأسبوع الثاني عشر من ١٤٤٦/١٢/٢ هـ إلى ١٤٤٦/١٢/٦ هـ	تابع المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من الخارج إلى الداخل " سوتو - أوكي ")						
	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من أعلى إلى أسفل " جيدان - براى ")						
	تابع المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من أعلى إلى أسفل " جيدان - براى ")						



توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الثالث للعام الدراسي ١٤٤٦ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الثالث ابتدائي	المادة :	التربية البدنية والدفاع عن النفس	عدد الحصص في الأسبوع	٣
الأسبوع	موضوعات المحتوى (٣)						
إجازة عيد الأضحى	تبدأ الإجازة بنهاية دوام يوم الخميس ٢ / ١٢ / ١٤٤٦ هـ						
	تستأنف الدراسة يوم الأحد ١٩ / ١٢ / ١٤٤٦ هـ						
الأسبوع الثاني عشر من ١٩ / ١٢ / ١٤٤٦ هـ إلى ٢٣ / ١٢ / ١٤٤٦ هـ	القياسات البعدية لقياس عناصر اللياقة البدنية						
الأسبوع الثالث عشر من ٢٦ / ١٢ / ١٤٤٦ هـ إلى ١ / ١ / ١٤٤٦ هـ	الإختبارات النهائية الفصل الدراسي الثالث نهاية دوام الفصل الدراسي الثالث						
معلم/ة المادة :-	مدير/ة المدرسة :-		مشرف/ة المادة :-				