

شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج السعودية



الملف توزيع منهج التربية البدنية 1445 هـ

[موقع المناهج](#) ← [المناهج السعودية](#) ← [الصف الثالث](#) ← [التربية البدنية](#) ← [الفصل الأول](#) ← [الملف](#)

روابط مواقع التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثالث



روابط مواد الصف الثالث على تلغرام

[الرياضيات](#)

[اللغة الانجليزية](#)

[اللغة العربية](#)

[التربية الاسلامية](#)

المزيد من الملفات بحسب الصف الثالث والمادة التربية البدنية في الفصل الأول

توزيع منهج التربية البدنية 1445 هـ	1
تحضير وحدات التربية البدنية	2
سجل متابعة إنجاز واحبات واختبارات الطلاب في منصة مدرستي	3
تحضير الوحدات الثلاث لمادة التربية البدنية والدفاع عن النفس	4
توزيع حصص التربية البدنية	5

توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الثالث ابتدائي	المادة :	التربية البدنية	عدد الحصص في الأسبوع	-
الأسبوع	موضوعات المحتوى (١)						
الأسبوع الأول	من	١٤٤٥/٢/٤ هـ	إلى	١٤٤٥/٢/٨ هـ	معرفة ماذا يحدث للقلب أثناء ممارسة النشاط البدني بصورة مبسطة		
					الرشاقة		
					الانزلاق الصحيح في اتجاه الخلف والجانب		
الأسبوع الثاني	من	١٤٤٥/٢/١١ هـ	إلى	١٤٤٥/٢/١٥ هـ	الانزلاق الصحيح في اتجاه الخلف والجانب		
					الارتكاز بطريقة صحيحة على الظهر مع تغير الاتجاه		
					نقل الأداة فوق الرأس بثبات واتزان		
الأسبوع الثالث	من	١٤٤٥/٢/١٨ هـ	إلى	١٤٤٥/٢/٢٢ هـ	تنطيط الكرة باليدين على الأرض		
					التصور الحركي أثناء ممارسة النشاط البدني		
					المرونة		
الأسبوع الرابع	من	١٤٤٥/٢/٢٥ هـ	إلى	١٤٤٥/٢/٢٩ هـ	السقوط الأمامي والجانبى بطريقة صحيحة		
					الارتكاز بطريقة صحيحة على المقعدة مع تغير الاتجاه		
الأسبوع الخامس	من	١٤٤٥/٣/٢ هـ	إلى	١٤٤٥/٣/٦ هـ	الوقوف على الرأس بطريقة صحيحة		
الأسبوع السادس	من	١٤٤٥/٣/٩ هـ	إلى	١٤٤٥/٣/١٣ هـ	إجازة اليوم الوطني يوم الاحد ١٤٤٥/٣/٩ هـ		
					تنطيط الكرة بيد واحدة على الأرض		
					التصور الذهني للحركة أثناء ممارسة النشاط البدني		

توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الثالث ابتدائي	المادة :	التربية البدنية	عدد الحصص في الأسبوع	-
الأسبوع	موضوعات المحتوى (٢)						
الأسبوع السابع من ١٤٤٥/٣/١٦ هـ إلى ١٤٤٥/٣/٢٠ هـ	الاتزان السقوط الخلفي بطريقة صحيحة الطعن على القدمين بالتبادل في جميع الاتجاهات						
الأسبوع الثامن من ١٤٤٥/٣/٢٣ هـ إلى ١٤٤٥/٣/٢٧ هـ	الميزان الجانبي تنطيط الكرة باليدين في الهواء						
الأسبوع التاسع من ١٤٤٥/٣/٣٠ هـ إلى ١٤٤٥/٤/٤ هـ	الركلة الأمامية (أب تشاجي) من الثبات الواعي بأجزاء الجسم أثناء أداء الركلة الأمامية (أب تشاجي)						
الأسبوع العاشر من ١٤٤٥/٤/٧ هـ إلى ١٤٤٥/٤/١١ هـ	الصد من أسفل إلى أعلى (أولجل مائي) الواعي بأجزاء الجسم أثناء أداء الصد من أسفل إلى أعلى						
الأسبوع الحادي عشر من ١٤٤٥/٤/١٤ هـ إلى ١٤٤٥/٤/١٨ هـ	الصد من الخارج إلى الداخل (مومتونج مائي) الواعي بأجزاء الجسم أثناء أداء الصد من الخارج للداخل إجازة نهاية أسبوع مطولة يوم الخميس ١٤٤٥/٤/١٨ هـ						
الأسبوع الثاني عشر من ١٤٤٥/٤/٢١ هـ إلى ١٤٤٥/٤/٢٥ هـ	مراجعة عامة						



توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الثالث ابتدائي	المادة :	التربية البدنية	عدد الحصص في الأسبوع	-
الأسبوع	موضوعات المحتوى (٣)						
الأسبوع الثالث عشر من ١٤٤٥/٤/٢٨ إلى ١٤٤٥/٥/٢	الاختبارات نهاية						
المعلم/ة المادة :-	مدير/ة المدرسة :-			المشرف/ة المادة :-			