

شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج السعودية



خطة توزيع منهج البدنية للفصل الثالث

[موقع المناهج](#) ⇨ [المناهج السعودية](#) ⇨ [الصف الخامس](#) ⇨ [التربية البدنية](#) ⇨ [الفصل الثالث](#) ⇨ [الملف](#)

تاريخ نشر الملف على موقع المناهج: 10:27:06 2024-03-03

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الخامس



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

[اختبار نهائي الدور الأول مع نموذج الإجابة](#)

1

[اختبار منتصف الفصل مع نموذج الإجابة](#)

2

توزيع مقرر الصف الخامس الابتدائي

الفصل الدراسي الثالث ١٤٤٥ هـ



التربية البدنية والدفاع عن النفس
Physical Education and Self-Defence



وزارة التعليم
Ministry of Education

الأسبوع	التاريخ	الوحدة	عنوان الدرس	عدد الحصص
الأول	٢٢ / ٨ - ٢٦ / ٨ / ١٤٤٥ هـ	وحدة القياس القبلي	القياسات القبليّة لقياس عناصر اللياقة البدنية	٢
الثاني	٢٩ / ٨ - ٤ / ٩ / ١٤٤٥ هـ	الخامسة كرة اليد	تمرير الكرة بيد واحدة من مستوى الرأس	١
			تنطيط الكرات العالية والمنخفضة	١
الثالث	٧ / ٩ - ١١ / ٩ / ١٤٤٥ هـ		تصويب الكرة من فوق الرأس مع الارتكاز	١
			القانون: منطقة المرمى: المادة (٦)، المادة (٧): لعب الكرة، المادة (٩): تسجيل الهدف	١
			تقويم نواتج تعلم وحدة كرة اليد	١
الرابع	١٤ / ٩ - ١٨ / ٩ / ١٤٤٥ هـ	الثامنة (الريشة الطائرة)	الإرسال المرتفع	١
			ضربة الرد الأمامية	١
الخامس	٦ / ١٠ - ٩ / ١٠ / ١٤٤٥ هـ		الضربة المدفوعة الأمامية	١
			الضربة المقوسة الأمامية	١
السادس	١٢ / ١٠ - ١٦ / ١٠ / ١٤٤٥ هـ		الضربة الأمامية من فوق الرأس	١
السابع	١٩ / ١٠ - ٢٢ / ١٠ / ١٤٤٥ هـ		القانون: المادة (٦): القرعة، المادة (٧): تسجيل النقاط، المادة (٩): الإرسال	١
			تقويم نواتج تعلم وحدة كرة الريشة الطائرة	١
الثامن	٢٦ / ١٠ - ١ / ١١ / ١٤٤٥ هـ	العاشرة (الجمباز الفني)	الدرجة الأمامية المنحنية من الوقوف	١
			الوثب للأعلى لأداء نصف لفّة حول المحور الطولي ثم أداء الدرجة الخلفية المنحنية حتى وضع الوقوف	١
			الاقتراب والارتقاء من على سلم الارتقاء للوثب للأعلى ثم الهبوط	١
التاسع	٤ / ١١ - ٨ / ١١ / ١٤٤٥ هـ		القفز فتحاً على طاولة القفز عرضاً المفاهيم الميكانيكية الخاصة بمهارات الجمباز	١
			تقويم نواتج تعلم وحدة الجمباز الفني	١
العاشر	١١ / ١١ - ١٥ / ١١ / ١٤٤٥ هـ	الجودو	السقطّة الأمامية (ماي - أوكيمي) السقطّة الأمامية الدائرية (ماي - مواري - أوكيمي)	١
			السقطّة الأمامية الدائرية (ماي - مواري - أوكيمي) من الوقوف	١
الحادي عشر	١٨ / ١١ - ٢٢ / ١١ / ١٤٤٥ هـ	وحدة القياس البعدي	القياسات البعديّة لقياس عناصر اللياقة البدنية	٢
الثاني عشر	٢٥ / ١١ - ٢٩ / ١١ / ١٤٤٥ هـ		اختبارات	---
الثالث عشر	٣ / ١٢ - ٤ / ١٢ / ١٤٤٥ هـ		اختبارات	---

ملاحظة هامة / في وحدة الصحة واللياقة البدنية :

على المعلم /ة ممارسة تطبيقات تنمي عناصر (القوة العضلية - التحمل العضلي - المرونة - السرعة - الرشاقة) أثناء تعليم الخبرات التعليمية



@Badaniasaudi



BadaniaSaudi@gmail.com