



المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

إدارة التعليم بـ .....

مكتب التعليم بـ .....

مدرسة: .....

معلم التربية البدنية: .....

تحضير دروس مادة التربية البدنية

للصف: الثالث متوسط

الفصل الدراسي الأول

إعداد نخبة من معلمي التربية البدنية بمكتب التعليم بالنسيم بإدارة تعليم جدة

تنفيذ وإشراف: مشرف التربية البدنية / فارس بن إبراهيم الفضل

الأسبوع رقم: ١		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
الصحة	الفرق بين	مهاري	ان يؤدي الطالب المهارات التي تنمي عناصر اللياقة البدنية			هل ادى الطالب مهارة تنمي عناصر اللياقة البدنية
واللياقة	الانشطة الهوائية	معرفي	ان يتعرف الطالب على عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة			هل تعرف الطالب على عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة
البدنية	واللاهوائية	وجداني	ان يحافظ على الادوات والاجهزة المستخدمة			هل حافظ الطالب على الادوات والاجهزة المستخدمة

الأسبوع رقم: ٢		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
الصحة	طريقة حساب	مهاري	ان يؤدي الطالب بعض التدريبات التي يتم من خلالها قياس ضربات القلب			هل ادى الطالب بعض التدريبات التي يقس لها ضربات القلب
واللياقة	ضربات القلب	معرفي	ان يتعرف على اهمية حساب ضربات القلب			هل تعرف على اهمية حساب ضربات القلب
البدنية		وجداني	ان يدرك اهمية الصحة في اللياقة البدنية			هل ادرك اهمية الصحة واللياقة البدنية

الأسبوع رقم: ٣		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
كرة	امتصاص الكرة	مهاري	ان يؤدي الخبرة بشكل صحيح			هل ادى الطالب الخبرة بالشكل الصحيح
القدم	بالصدر	معرفي	ات يعرف المراحل الفنية لاداء الخبرة			هل عرف الطالب المراحل الفنية لاداء الخبرة
		وجداني	ان يقدر قيمة الروح الرياضية			هل قدر الطالب قيمة الروح الرياضية

الأسبوع رقم: ٤		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
كرة	الركلة الحرة	مهاري	ان يؤدي تمرينات تخدم الخبرة			هل ادى الطالب تمرينات تخدم الخبرة
القدم	المباشرة وغير	معرفي	ان يعدد المراحل الفنية لأداء الخبرة			هل عدد الطالب المراحل الفنية لأداء الخبرة
	المباشرة	وجداني	ان يدرك ان الرياضة وسيلة وليس غاية			هل ادرك الطالب ان الرياضة وسيلة وليس غاية

الأسبوع رقم: ٥		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
كرة القدم	ضرب الكرة بالرأس من الحركة	مهاري	ان يؤدي تمرينات تمهيدية مناسبة لاداء الخبرة			هل ادى الطالب تمرينات تمهيدية مناسبة لاداء الخبرة
		معرفي	ان يذكر المراحل الفنية لاداء الخبرة			هل ذكر الطالب المراحل الفنية لاداء الخبرة
		وجداني	ان يمارس القيادة اثناء النشاط البدني			هل مارس الطالب القيادة اثناء النشاط البدني

الأسبوع رقم: ٦		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
كرة القدم	التحكيم	مهاري	ان يؤدي الطالب اشارات التحكيم بشكل صحيح			هل ادى الطالب بعض اشارات التحكيم بشكل صحيح
		معرفي	ان يعرف بعض القوانين الاساسية في كرة القدم			هل عرف الطالب بعض القوانين الاساسية في كرة القدم
		وجداني	ان يتعزز لديه الخلق الرياضي			هل تعزز لدى الطالب الخلق الرياضي

الأسبوع رقم: ٧		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
ألعاب القوى	الوثب الثلاثي	مهاري	ان يؤدي الطالب الوثب الثلاثي بطريقة صحيحة			هل ادى الطالب خبرة الوثب الثلاثي بشكل صحيح
		معرفي	ان يتعرف الطالب على التواصي الفنية للخبرة			هل تعرف الطالب على التواصي الفنية للخبرة
		وجداني	ان يقدر قيمة تحمل المسؤولية			هل قدر الطالب قيمة تحمل المسؤولية

الأسبوع رقم: ٨		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
ألعاب القوى	الوثب الثلاثي	مهاري	ان يؤدي الطالب الوثب الثلاثي بطريقة صحيحة			هل ادى الطالب خبرة الوثب الثلاثي بشكل صحيح
		معرفي	ان يتعرف الطالب على التواصي الفنية للخبرة			هل تعرف الطالب على التواصي الفنية للخبرة
		وجداني	ان يقدر قيمة تحمل المسؤولية			هل قدر الطالب قيمة تحمل المسؤولية

الأسبوع رقم: ٩		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
ألعاب القوى	الجري مسافات طويلة	مهاري	ان يطبق الطالب الجري الصحيح في سباق المسافات الطويلة			هل طبق الطالب الجري بالشكل الصحيح في السباق لمسافات طويلة	
		معرفي	ان يذكر الطالب الخطوات الفنية للخبرة			هل ذكر الطالب الخطوات الفنية للخبرة	
		وجداني	ان يتعزز لدى الطالب الحماس للمشاركة			هل تعزز لدى الطالب الحماس للمشاركة	

الأسبوع رقم: ١٠		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
ألعاب القوى	الجري مسافات طويلة	مهاري	ان يطبق الطالب الجري الصحيح في سباق المسافات الطويلة			هل طبق الطالب الجري بالشكل الصحيح في السباق لمسافات طويلة	
		معرفي	ان يذكر الطالب الخطوات الفنية للخبرة			هل ذكر الطالب الخطوات الفنية للخبرة	
		وجداني	ان يتعزز لدى الطالب الحماس للمشاركة			هل تعزز لدى الطالب الحماس للمشاركة	

الأسبوع رقم: ١١		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
الكرة الطائرة	التمرير بالأصابع من الوثب للأمام وللأعلى	مهاري	ان يؤدي تمرينات تمهيدية تخدم الخبرة			هل ادى تمرينات تمهيدية تخدم الخبرة	
		معرفي	ان يعدد المراحل الفنية لاداء الخبرة			هل عدد الطالب المراحل الفنية لاداء الخبرة	
		وجداني	ان يتعزز لديه ضوابط الترويح المشروع			هل تعزز لدى الطالب ضوابط الترويح المشروع	

الأسبوع رقم: ١٢		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسط	الصف: الثالث	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
الكرة الطائرة	الاستقبال برسغ اليد الداخلي	مهاري	ان يؤدي الطالب الاستقبال برسغ اليد الداخلي بطريقة صحيحة			هل ادى الطالب الخبرة بشكل صحيح	
		معرفي	ان يتعرف الخطوات الفنية بشكل صحيح			هل تعرف على الخطوات الفنية بشكل صحيح	
		وجداني	ان يتعزز لديه الانضباط اثناء النشاط			هل تعزز لدى الطالب الانضباط اثناء النشاط	

الأسبوع رقم: ١٣		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
الكرة الطائرة	حائط الصد الفردي	مهاري	ان يؤدي الطالب حائط الصد الفردي بطريقة صحيحة			هل ادى الطالب الخبرة بالشكل الصحيح
		معرفة	ان يذكر الخطوات الفنية للخبرة			هل ذكر الطالب الخطوات الفنية للخبرة
		وجداني	ان يتعزز لديه الانضباط اثناء النشاط			هل تعزز لد الطالب الانضباط اثناء النشاط

الأسبوع رقم: ١٤		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
الكرة الطائرة	التحكيم	مهاري	ان يؤدي بعض اشارات التحكيم بشكل صحيح			هل ادى الطالب بعض اشارات التحكيم بشكل صحيح
		معرفة	ان يذكر بعض قوانين كرة الطائرة			هل ذكر بعض قوانين كرة الطائرة
		وجداني	ان يقدر المسؤولية الفردية			هل قدر الطالب المسؤولية الفردية

الأسبوع رقم: ١٥		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
كرة المضرب	الضربة الامامية بوجه المضرب	مهاري	ان يؤدي الطالب الضربة الامامية بوجه المضرب بطريقة صحيحة			هل ادى الطالب الخبرة بشكل صحيح
		معرفة	ان يعدد المراحل الفنية للخبرة			هل عدد الطالب المراحل الفنية للخبرة
		وجداني	ان يتعزز لديه اهمية النشاط البدني			هل تعزز لدى الطالب اهمية النشاط البدني

الأسبوع رقم: ١٦		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية: المتوسطة	الصف: الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف
كرة المضرب	الارسال من الجانب	مهاري	ان يؤدي الطالب الارسال من الجانب بطريقة صحيحة			هل ادى الطالب الخبرة بشكل صحيح
		معرفة	ان يعرف المراحل الفنية للخبرة			هل تعرف الطالب على المراحل الفنية للخبرة
		وجداني	ان يتعزز لديه اهمية الاخلاق الرياضية			هل تعزز لدى الطالب اهمية الاخلاق الرياضية