

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية



الملف توزيع منهج التربية البدنية 1445 هـ

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

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

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

1


[اختبار منتصف الفصل مع الإجابة](#)

2

توزيع المحتوى الدراسي على الأسابيع في الفصل الدراسي الثالث للعام الدراسي 1444هـ

المرحلة:	الابتدائية	الصف:	السادس	المادة:	تربية بدنية	عدد الحصص في الأسبوع	2
الأسبوع	الوحدة التعليمية	موضوعات المحتوى	تمتية عناصر اللياقة البدنية	قياسات عناصر اللياقة البدنية	الأسبوع	المرحلة:	الأسبوع
الأسبوع (1) 1444/8/20م - 2023/3/12م إلى 1444/8/24م - 2023/3/16م	الرابعة: كرة السلة	الارتكاز (الأمامي — الخلفي) التمريرة المرتدة بيد واحدة	قوة عضلات البطن الرشاقة	القياسات القبلية	الأسبوع (2) 1444/8/27م - 2023/3/19م إلى 1444/9/1م - 2023/3/23م	الرابعة: كرة السلة	قياس التحمل العضلي: (الجلوس من وضع الرقود)
الأسبوع (3) 1444/9/4م - 2023/3/26م إلى 1444/9/8م - 2023/3/30م	الرابعة: كرة السلة الأولى	القانون: المادة (10): الحالة القانونية للكرة، المادة (12): كرة اللعب والحياسة المتبادلة، المادة (13): كيف تلعب الكرة. قوة عضلات البطن الرشاقة	--	القياسات الجسمية	الأسبوع (4) 1444/9/11م - 2023/4/2م إلى 1444/9/15م - 2023/4/6م	الأولى	القياسات الجسمية
الأسبوع (5) 1444/9/18م - 2023/4/9م إلى 1444/9/22م - 2023/4/13م	الأولى الثامنة: الريشة الطائرة	المرونة القدرة العضلية القانون: المادة (8): تبديل الملعب، المادة (10): اللعبة الفردي	--	القياسات الجسمية	الأسبوع (6) 1444/10/6م - 2023/4/26م إلى 1444/10/7م - 2023/4/27م إجازة عيد الفطر	الأولى الثامنة: الريشة الطائرة	قياس المرونة
الأسبوع (7) 1444/10/10م - 2023/4/30م إلى 1444/10/14م - 2023/5/4م	الثامنة: الريشة الطائرة الأولى	ضربة الصد الأمامية الضربة المقوسة الخلفية المرونة الاتزان	المرونة الاتزان	قياس قوة عضلات الجزء العلوي من الجسم: (رمي الكرة من وضع الجلوس)			

التاريخ: 01 / 08 / 1444هـ

التوقيع: 

الاسم: خالد بن زيد الصقعي

قياس القدرة العضلية: (الوثب العمودي، أو الوثب العريض من الثبات)	المرونة الاتزان	تمرير الكرة بيد واحدة من فوق الرأس	الخامسة: كرة اليد	الأسبوع (8) 1444/10/17 هـ - 2023/5/7 م إلى 1444/10/21 هـ - 2023/5/11 م
		تمرير الكرة من الحركة (المشي — الجري)		
قياس السرعة: (الجري 20 متر)	المرونة الاتزان	التصويب من فوق الرأس مع الارتكاز	الخامسة: كرة اليد	الأسبوع (9) 1444/10/24 هـ - 2023/5/14 م إلى 1444/10/28 هـ - 2023/5/18 م
		القانون: المادة (8): الدخول على المنافس، المادة (10): رمية الإرسال، المادة (11): الرمية الجانبية		
قياس اللياقة القلبية التنفسية: (الجري المكوكي)	المرونة القدرة العضلية	المهارات الدفاعية من الحركة: (الصد من أسفل إلى أعلى) / "آجي - أوكي"	كاراتيه: الوحدة الأولى	الأسبوع (10) 1444/11/1 هـ - 2023/5/21 م إلى 1444/11/5 هـ - 2023/5/26 م
		المهارات الدفاعية من الحركة: (الصد من الخارج للداخل) / "سوتو - أوكي"	كاراتيه: الوحدة الثانية	
قياس الاتزان الثابت والحركي	المرونة الاتزان	المهارات الدفاعية من الحركة: (الصد من أعلى إلى أسفل) / "جيدان - براي"	كاراتيه: الوحدة الثالثة	الأسبوع (11) 1444/11/8 هـ - 2023/5/28 م إلى 1444/11/12 هـ - 2023/6/1 م إجازة مطولة: الأحد والاثنين
		تطبيقات الأداء "جملة حركية" (تعزز نواتج التعلم)	كاراتيه: الوحدة الرابعة	
الرشاقة: (الجري على شكل حرف T)	قوة عضلات البطن الرشاقة	يتبع: تطبيقات الأداء "جملة حركية" (تعزز نواتج التعلم)	كاراتيه: الوحدة الرابعة	الأسبوع (12) 1444/11/15 هـ - 2023/6/4 م إلى 1444/11/19 هـ - 2023/6/8 م
		يتبع: تطبيقات الأداء "جملة حركية" (تعزز نواتج التعلم)		
القياسات البعدية	قوة عضلات البطن الرشاقة	مسابقات وألعاب صغيرة تستهدف تنمية عنصري قوة عضلات البطن والرشاقة		الأسبوع (13) 1444/11/22 هـ - 2023/6/11 م إلى 1444/11/26 هـ - 2023/6/15 م
	المرونة الاتزان	مسابقات وألعاب صغيرة تستهدف تنمية عنصري المرونة والاتزان		
		اختبارات الفصل الدراسي الثالث		الأسبوع (14) 1444/11/29 هـ - 2023/6/18 م إلى 1444/12/4 هـ - 2023/6/22 م