

درس العلاقة بين الغذاء الصحي والوزن



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الثالث المتوسط ← التربية البدنية ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 2026-03-01 14:52:57

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب الاختبارات الكترونية الاختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة
التربية البدنية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثالث المتوسط



صفحة المناهج
السعودية على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الثالث المتوسط والمادة التربية البدنية في الفصل الثاني

ورقة عمل الأسبوع الخامس الخبرة التعليمية اللياقة القلبية التنفسية

1

الأسبوع الخامس إثراء اللياقة القلبية التنفسية

2

ورقة عمل الأسبوع الثالث لمهارة المحاوره من خلف الظهر

3

الأسبوع الثالث إثراء مهارة المحاوره من خلف الظهر في كرة السلة

4

الأسبوع الثالث درس تطبيقي لمهارة المحاوره من خلف الظهر في كرة السلة

5



الأسبوع السابع

الصف الثالث متوسط

العلاقة بين الغذاء الصحي والوزن وحدة الصحة واللياقة البدنية



مدير المدرسة : حامد الشهيب

معلم التربية البدنية : سعيد الزهراني

رؤية
VISION 2030
an aspirational blueprint for the
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

الاحماء



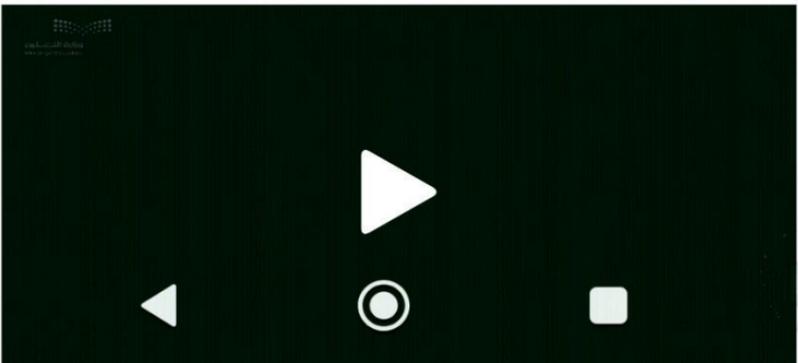


الوحدة التعليمية	الصحة واللياقة البدنية	الخبرة التعليمية	العلاقة بين الغذاء الصحي والوزن
الصف الدراسي	الثالث متوسط	عدد الحصص	
استراتيجية التعليم	التعليم باللعب	أسلوب التدريس	الأمري + الاكتشاف الموجه
الأدوات المستخدمة	صافرة - أطواق - أقماع - حبال وثب - وسيلة إيضاح		



أهداف الدرس

- ❖ يتعرف الطالب على العلاقة بين الغذاء الصحي والوزن
- ❖ يقدر الطالب قيمة تحمل المسؤولية



هناك علاقة قوية بين الغذاء الصحي والوزن وتعمل في الآتي :

❖ التأثير الإيجابي في عمليات النمو 0

❖ زيادة مستوى اللياقة البدنية 0

❖ مقاومة الأمراض والمساعدة في شفائها

❖ تعزيز مستوى الذكاء 0

❖ القدرة على التحصيل العلمي 0



10



11



[]

[]

[]

[]

12



[]

[]

[]

[]