

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية



## الخطة الأسبوعية للبدنية والدفاع عن النفس للفصل الثالث 1446هـ

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

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 12:39:38 2025-03-04

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب | اختبارات الكترونية | اختبارات | حلول | عروض بوربوينت | أوراق عمل  
منهج انجليزي | ملخصات وتقارير | 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 الثالث

أوراق عمل التربية البدنية والدفاع عن النفس للفصل الثالث 1446هـ

1

تحميل كتاب دليل المعلم رياضات الدفاع عن النفس طبعة 1446 هـ

2

تحميل كتاب دليل المعلم طبعة 1446 هـ

3

توزيع التربية البدنية والدفاع عن النفس للفصل الثالث

4

أسئلة اختبار انتساب نهائي الدور الأول

5



# خطة التعلم الأسبوعية لمادة التربية البدنية والدفاع عن النفس

الصف الثالث المتوسط

الفصل الدراسي الثالث ١٤٤٦ هـ

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

## خطة الأسبوع الأول ٢ / ٩ - ٦ - ٩ / ١٤٤٦ هـ

الحصّة الأولى	الحصّة الثانية
اسم الخبرة التعليمية	القياسات القبلية لقياس عناصر اللياقة البدنية
الهدف	قياس عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة
الواجب	-----

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

## خطة الأسبوع الثاني ٩ / ٩ - ١٣ / ٩ / ١٤٤٦ هـ

الحصّة الأولى	الحصّة الثانية
اسم الخبرة التعليمية	دفاع حائط الصد
الهدف	أن يؤدي الطالب/ة دفاع حائط الصد
الواجب	حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

## خطة الأسبوع الثالث ١٦ / ٩ - ٢٠ / ٩ / ١٤٤٦ هـ

الحصّة الأولى	الحصّة الثانية
اسم الخبرة التعليمية	التصويبة السلمية من الوثب
الهدف	أن يؤدي الطالب/ة التصويبة السلمية من الوثب
الواجب	حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

## خطة الأسبوع الرابع ٨ / ١٠ - ١٢ / ١٠ / ١٤٤٦ هـ

الحصة الثانية	الحصة الأولى	
تقويم الخبرات التعليمية في وحدة كرة اليد وتعزيزها	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة ( العقوبات )	اسم الخبرة التعليمية
أن يقوموا الطالب/ة في أداء الخبرات التعليمية	أن يعرفوا الطالب/ة بعض قوانين اللعبة ( العقوبات )	الهدف
-----	حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي	الواجب

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

## خطة الأسبوع الخامس ١٥ / ١٠ - ١٩ / ١٠ / ١٤٤٦ هـ

الحصة الثانية	الحصة الأولى	
الضربة الساحقة الأمامية بوجه المضرب وظهره	الإرسال العالي	اسم الخبرة التعليمية
أن يطبقا الطالب/ة الضربة الساحقة الأمامية بوجه المضرب وظهره	أن يطبقا الطالب/ة الإرسال العالي	الهدف
حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي		الواجب

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



## خطة الأسبوع السادس ٢٢ / ١٠ - ٢٦ / ١٠ / ١٤٤٦ هـ

الحصة الثانية	الحصة الأولى	
القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة ( الريشة خارج اللعب - اللعب المستمر وسوء السلوك والجزاءات )	الكرة الساقطة	اسم الخبرة التعليمية
أن يعرف الطالب/ة بعض قوانين اللعبة ( الريشة خارج اللعب - اللعب المستمر وسوء السلوك والجزاءات )	أن يطبق الطالب/ة الكرة الساقطة	الهدف
حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي		الواجب

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



## خطة الأسبوع السابع ٢٩ / ١٠ - ٣ / ١١ / ١٤٤٦ هـ

الحصة الثانية	الحصة الأولى	
الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المنحنية	تقويم الخبرات التعليمية في وحدة الريشة الطائرة وتعزيزها	اسم الخبرة التعليمية
أن يطبق الطالب/ة الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المنحنية	أن يقوّم الطالب/ة في أداء الخبرات التعليمية	الهدف
حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي	-----	الواجب

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



## خطة الأسبوع الثامن ٨ / ١١ - ١٠ / ١١ / ١٤٤٦ هـ

الحصّة الأولى	الحصّة الثانية
اسم الخبرة التعليمية	الشقلبة الأمامية على اليدين مع ربع لفة راوند أوف
الهدف	أن يطبق الطالب/ة الشقلبة الأمامية على اليدين مع ربع لفة راوند أوف
الواجب	حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

## خطة الأسبوع التاسع ١٣ / ١١ - ١٧ / ١١ / ١٤٤٦ هـ

الحصّة الأولى	الحصّة الثانية
اسم الخبرة التعليمية	الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المزدوج
الهدف	أن يطبقا الطالب/ة الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المزدوج
الواجب	حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي

**الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة**



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

## خطة الأسبوع العاشر ٢٠ / ١١ - ٢٤ / ١١ / ١٤٤٦ هـ

الحصّة الأولى	الحصّة الثانية	
تقويم الخبرات التعليمية في وحدة الجمباز الفني وتعزيزها	إخلال الاتزان في الجودو (كوزوشي)	اسم الخبرة التعليمية
أن يقوموا الطالب/ة في أداء الخبرات التعليمية	أن ينفذا الطالب/ة إخلال الاتزان في الجودو (كوزوشي)	الهدف
-----	حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي	الواجب

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

## خطة الأسبوع الثاني عشر ١٢ / ١٩ - ١٢ / ٢٣ / ١٤٤٦ هـ

الحصّة الأولى	الحصّة الثانية	
رمية الكتف (إيبون - سيو - ناجي)	رمية الخصر الكبرى (أو - جوشي)	اسم الخبرة التعليمية
أن ينفذا الطالب/ة رمية الكتف (إيبون - سيو - ناجي)	أن ينفذا الطالب/ة رمية الخصر الكبرى (أو - جوشي)	الهدف
حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي		الواجب

الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

## خطة الأسبوع الثاني عشر ١٠ / ٨ - ١٤ / ٨ / ١٤٤٦ هـ

الحصّة الأولى	الحصّة الثانية	
اسم الخبرة التعليمية	تطبيقات الأداء "جملة حركية" ( تعزيز نواتج التعلم )	القياس البعدي
الهدف	أن يطبق الطالب/ة تطبيقات الأداء "جملة حركية"	تنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة
الواجب	-----	-----

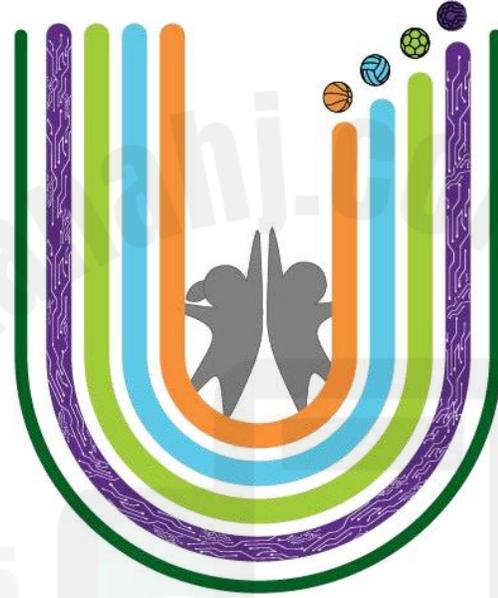
الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com



# التربية البدنية والدفاع عن النفس

## Physical Education and Self-Defence



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com