

 **وزارة التعليم مدرسة:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **توزيع المنهج لمادة:** | **التربية البدنية والدفاع عن النفس** | **الصف:** | **الصف الثالث الابتدائي** | **الفصل الدراسي:** | **الثالث** | **لعام:** | **1446** |

**تحضيري**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. **الأسبوع الأول**
 | 1. **الأسبوع الثاني**
 | 1. **الأسبوع الثالث**
 | 1. **الأسبوع الرابع**
 |
| تاريخ: من 2/9/1446 الى 6/9/1446 | تاريخ: من 9/9/1446 الى 13/9/1446 | تاريخ: من 16/9/1446 الى 20/9/1446 | تاريخ: من 8/10/1446 الى12/10/1446 |
| **القياس القبلي->الرشاقة: الجري المتعرج مسافة 30 م ‾‾‾‾‾القياس القبلي->المرونة: (صندوق المرونة) ‾‾‾‾‾القياس القبلي->التوافق: الجري المتعرج بين أقماع مع تنطيط الكرة 20 م** | **الأولى: الصحة واللياقة البدنية->ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر الرشاقة‾‾‾‾‾الأولى: الصحة واللياقة البدنية->ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر المرونة‾‾‾‾‾الأولى: الصحة واللياقة البدنية->ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر التوافق‾‾‾‾‾الأولى: الصحة واللياقة البدنية->تقويم مخرجات الوحدة** | **الثامنة->الالتفاف والدوران حول محوري الجسم الطولي والعرضي‾‾‾‾‾الثامنة->التسلق بطريقة صحيحة وآمنة بواسطة سلالم عمودية‾‾‾‾‾الثامنة->التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام يد واحدة** | **الثامنة->تعزيز نواتج التعلم‾‾‾‾‾الثامنة->تقويم مخرجات الوحدة** |
| 1. **الأسبوع الخامس**
 | 1. **الأسبوع السادس**
 | 1. **الأسبوع السابع**
 | 1. **الأسبوع الثامن**
 |
| تاريخ: من 15/10/1446 الى 19/10/1446 | تاريخ: من 22/10/1446 الى 26/10/1446 | تاريخ: من 29/10/1446 الى 3/11/1446 | تاريخ: من 6/11/1446 الى 10/11/1446 |
| **التاسعة->التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام القدم ‾‾‾‾‾التاسعة->التسلق بطريقة صحيحة وآمنة بواسطة عقل حائطية** | **التاسعة->تعزيز نواتج التعلم‾‾‾‾‾التاسعة->تقويم مخرجات الوحدة** | **العاشرة->ألعاب تمهيدية في رياضة كرة القدم‾‾‾‾‾العاشرة->ألعاب تمهيدية في رياضة الكرة الطائرة** | **العاشرة->ألعاب تمهيدية في رياضة كرة السلة‾‾‾‾‾العاشرة->ألعاب تمهيدية في رياضة كرة اليد** |
| 1. **الأسبوع التاسع**
 | 1. **الأسبوع العاشر**
 | 1. **الأسبوع الحادي عشر**
 | 1. **الأسبوع الثاني عشر**
 |
| تاريخ: من 13/11/1446 الى 17/11/1446 | تاريخ: من 20/11/1446 الى 24/11 | تاريخ: من 27/11/1446 الى 2/12 | تاريخ: من 19/12/1446 الى 23/12 |
| **العاشرة->ألعاب تمهيدية في رياضة الريشة الطائرة‾‾‾‾‾العاشرة->تعزيز نواتج التعلم‾‾‾‾‾العاشرة->تقويم مخرجات الوحدة** | **الوحدة الأولى :الكاراتيه->مدخل في رياضة الكاراتيه‾‾‾‾‾الوحدة الأولى :الكاراتيه->المهارات الهجومية من الثبات (اللكمات الأمامية المستقيمة)‾‾‾‾‾الوحدة الأولى :الكاراتيه->المهارات الهجومية من الثبات (الركلة الأمامية « ماي جيري)** | **الوحدة الثانية:الكاراتيه->المهارات الدفاعية من الثبات (الصّدّ من أعلى إلى أسفل «جيدان – براي)‾‾‾‾‾الوحدة الثانية:الكاراتيه->تعزيز نواتج التعلم‾‾‾‾‾الوحدة الثانية:الكاراتيه->تقويم مخرجات الوحدة** | مراجعة |
| **الاجازات** | 1-عيد الفطر من 20/9 الى 7/10 /// 2- إجازة مطولة 6 و7/ 11 /// 3-إجازة عيد الأضحى من 2 الى 18/12 ///4- بدأ الاختبارات من 26/12 |

**معلم المادة: وكيل المدرسة : مدير المدرسة :**