



خطة التعلم الأسبوعية لمادة التربية البدنية والدفاع عن النفس

الصف السادس الابتدائي
الفصل الدراسي الثالث ١٤٤٦ هـ

Physical Education and Self-Defence

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

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

| الحصة الثانية | الحصة الأولى | |
|--|---|----------------------|
| تمرير الكرة من الحركة (المشي - الجري) | تمرير الكرة بيد واحدة من فوق الرأس | اسم الخبرة التعليمية |
| أن يمررا الطالب/ة الكرة بالحركة (المشي - الجري) | أن يمررا الطالب/ة الكرة بيد واحدة من فوق الرأس | 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 الثالث ١٦ / ٩ - ٢٠ / ٩ / ١٤٤٦ هـ

| الحصّة الأولى | الحصّة الثانية | |
|-----------------------------------|--|----------------------|
| المحاورة بالكرة | تصويب الكرة من فوق الرأس مع الارتكاز القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (الدخول على المنافس - رمية التماس - الرمية الجانبية) | اسم الخبرة التعليمية |
| أن يتمكن الطالب/ة المحاورة بالكرة | أن يؤدي الطالب/ة التصويب من فوق الرأس مع الارتكاز أن يعرف الطالب/ة بعض مواد القانون (الدخول على المنافس - رمية التماس - الرمية الجانبية) | 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 الرابع ٨ / ١٠ - ١٢ / ١٠ / ١٤٤٦ هـ

| الحصة الثانية | الحصة الأولى | |
|--|---|----------------------|
| مسكة المضرب الخلفية | تقويم الخبرات التعليمية في وحدة كرة الطائرة وتعزيزها | اسم الخبرة التعليمية |
| أن يؤدي الطالب/ة مسكة المضرب الخلفية بطريقة صحيحة | 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



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

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

| الحصة الثانية | الحصة الأولى | |
|---|--|----------------------|
| ضربة الصد الأمامية | الإرسال الأمامي الضربة الساحقة الأمامية | اسم الخبرة التعليمية |
| أن يؤدي الطالب/ة ضربة الصد الأمامية بطريقة صحيحة | أن يؤدي الطالب/ة الإرسال الأمامي بطريقة صحيحة أن يطبق الطالب/ة الضربة الساحقة الأمامية بطريقة صحيحة | الهدف |
| حل ورقة العمل - واجب في منصة مدرستي | | الواجب |

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



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

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

| الحصة الثانية | الحصة الأولى | |
|--|--|----------------------|
| تقويم الخبرات التعليمية في وحدة الريشة الطائرة وتعزيزها | الضربة المقوسة الخلفية القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (تبديل الملعب - اللعب الفردي) | اسم الخبرة التعليمية |
| أن يقوموا الطالب/ة في أداء الخبرات التعليمية | أن يؤديا الطالب/ة الضربة المقوسة الخلفية أن يعرفا الطالب/ة بعض قوانين اللعبة (تبديل الملعب - اللعب الفردي) | 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 السابع ٢٩ / ١٠ - ٣ / ١١ / ١٤٤٦ هـ

| الحصة الثانية | الحصة الأولى | |
|--|---|----------------------|
| الدرجة الأمامية المتكورة من الوقوف على الرأس | الدرجة الأمامية من المشي | اسم الخبرة التعليمية |
| أن يؤدي الطالب/ة الدرجة الأمامية المتكورة من الوقوف على الرأس | أن يؤدي الطالب/ة الدرجة الأمامية من المشي | 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 الثامن ٨ / ١١ - ١٠ / ١١ / ١٤٤٦ هـ

| الحصة الثانية | الحصة الأولى | |
|---|---|----------------------|
| الشقبة الجانبية على اليدين (العجلة) | الوقوف على اليدين والثبات (٢ث) | اسم الخبرة التعليمية |
| أن يؤدي الطالب/ة الشقبة الجانبية على اليدين (العجلة) | أن يقف الطالب/ة على اليدين والثبات (٢ث) | 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 التاسع ١٣ / ١١ - ١٧ / ١١ / ١٤٤٦ هـ

| الحصة الثانية | الحصة الأولى | |
|---------------|--|----------------------|
| | القفز داخلاً على طاولة القفز عرضاً | اسم الخبرة التعليمية |
| | أن يقفزا الطالب/ة داخلاً على طاولة القفز عرضاً | 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 العاشر ٢٠ / ١١ - ٢٤ / ١١ / ١٤٤٦ هـ

| الحصة الثانية | الحصة الأولى | |
|---|---|----------------------|
| إخلال الاتزان في الجودو (كوزوشي) | تقويم الخبرات التعليمية في وحدة الجمباز الفني وتعزيزها | اسم الخبرة التعليمية |
| أن ينفذا الطالب/ة إخلال الاتزان في الجودو (كوزوشي) | أن يقوما 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



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com

خطة الأسبوع الحادي عشر ٢٧ / ١١ - ٢ / ١٢ / ١٤٤٦ هـ

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

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



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

| الحصة الثانية | الحصة الأولى | |
|---------------|---|----------------------|
| | القياسات البعدية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة | اسم الخبرة التعليمية |
| | قياس عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة | الهدف |
| | ----- | الواجب |

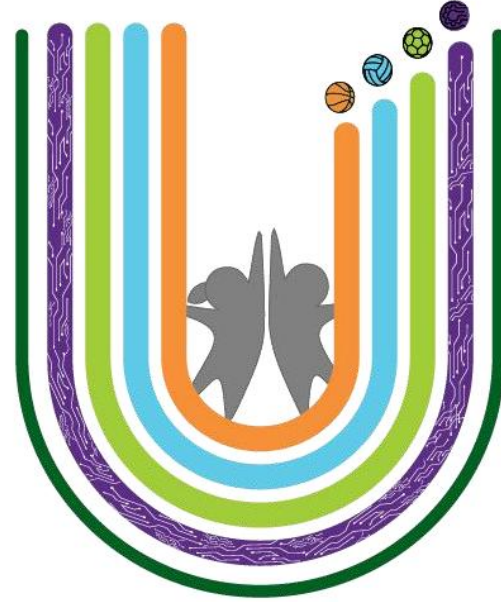
الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com



التربية البدنية والدفاع عن النفس

Physical Education and Self-Defence



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com