



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

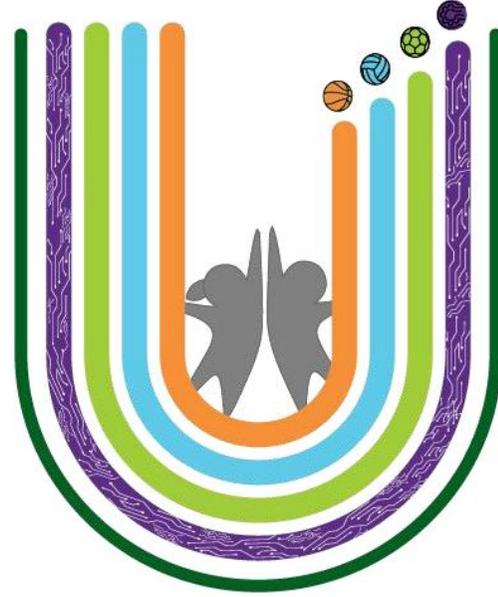
الشراكة الفاعلة بين الأسرة والمدرسة؛ تُسهم في نجاح الرحلة التعليمية للطالب والطالبة



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com



التربية البدنية والدفاع عن النفس

Physical Education and Self-Defence



@Badaniassaudi



BadaniaSaudi@gmail.com