



المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

إدارة التعليم بـ .....

مكتب التعليم بـ .....

مدرسة: .....

معلم التربية البدنية: .....

## تحضير دروس مادة التربية البدنية

للف: الثالث ابتدائي

الفصل الدراسي الأول

إعداد نخبة من معلمي التربية البدنية بمكتب التعليم بالنسيم بإدارة تعليم جدة

تنفيذ وإشراف: مشرف التربية البدنية / فارس بن إبراهيم الفضل

الأسبوع رقم : ١		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
١	الجري مسافة ٢٥م	مهاري	أن يجري الطالب مسافة ٢٥م بطريقة صحيحة			هل استطاع الطالب الجري مسافة ٢٥م دون الشعور بالتعب	
		معرفة	أن يتعرف الطالب على سرعة ضربات القلب			هل عرف الطالب عدد ضربات القلب من الحركة والثبات	
		وجداني	أن يبرز الطالب قدراته الفردية			هل شعر الطالب بالفرح والسرور اثناء الدرس	

الأسبوع رقم : ٢		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
١	العب صغيرة لتنمية عضلات البطن	مهاري	أن يؤدي الطلاب تمارينات لعضلات البطن بطريقة صحيحة			هل أدى الطالب التمارينات المطلوبة لتنمية عضلات البطن	
		معرفة	أن يعرف الطالب أهمية تقوية عضلات البطن			هل عدد الطالب أهمية تقوية عضلات البطن	
		وجداني	أن يبرز قدراته الفردية			هل ابرز الطالب قدراته الفردية	

الأسبوع رقم : ٣		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
١	الارتكاز بطريقة صحيحة على الظهر	مهاري	أن يؤدي الطالب الارتكاز بطريقة صحيحة			هل أدى الطالب الارتكاز على الظهر بطريقة صحيحة	
		معرفة	أن يعرف الطالب الخطوات الفنية للمهارة			هل عرف الطالب الخطوات الفنية للمهارة	
		وجداني	أن يعتز لدى الطالب الانضباط أثناء النشاط			هل تعزز لدى الطالب أهمية الانضباط أثناء النشاط	

الأسبوع رقم : ٤		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث	
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية			الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
١	نقل الأداة من فوق الرأس بثبات	مهاري	ان ينقل الطالب الأداة من فوق الرأس بطريقة صحيحة			هل نقل الطالب الأداة بطريقة صحيحة	
		معرفة	أن يتطور لدى الطالب الأداة الحركي لنقل الأداة			هل تطور لدى الطالب الأداة الحركي لنقل الأداة	
		وجداني	أن يظهر الطالب صبراً وهدوءاً أثناء النشاط			هل أظهر الطالب صبراً وهدوءاً أثناء المهارة	
الأسبوع رقم : ٥		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث	

الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
١	تنطيط الكرة	مهاري	أن يؤدي الطالب تنطيط الكرة بطريقة صحيحة		هل أدى الطالب تنطيط الكرة بطريقة صحيحة	
	باليد بطريقة صحيحة على الأرض	معرفي	أن يعرف الطالب أهمية تنطيط الكرة		هل عرف الطالب أهمية تنطيط الكرة	
		وجداني	أن يتعزز لدى الطالب أهمية نظافة الساحة		هل تعزز لدى الطالب أهمية النظافة	

الأسبوع رقم : ٦		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٢	تنمية المقدرة على التصور الحركي ( قصة حركية )	مهاري	أن يشارك الطالب في القصة الحركية بفاعلية		هل شارك الطالب التمرير بيدين وبيد واحدة بطريقة صحيحة	
		معرفي	أن يعدد الطالب الخطوات التعليمية للمهارة		هل عدد الطالب الخطوات التعليمية للمهارة	
		وجداني	أن يبرز الطالب قدراته الفردية		هل ابرز الطالب قدراته الفردية	

الأسبوع رقم : ٧		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٢	السقوط بطريقة صحيحة وأمنة في اتجاهات مختلفة	مهاري	أن يؤدي الطالب السقوط بطريقة صحيحة		هل أدى الطالب السقوط بطريقة صحيحة	
		معرفي	أن يعرف الطالب أهمية السقوط الآمن		هل عرف الطالب أهمية السقوط الآمن	
		وجداني	أن يلم الطالب بالمهارات المطلوبة		هل أتم لدى الطالب بالمهارات المطلوبة	

الأسبوع رقم : ٨		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٢	الارتكاز على المقعد مع الدوران حول مركز الارتكاز	مهاري	أن يؤدي الطالب مهارة الارتكاز بطريقة صحيحة		هل أدى الطالب مهارة الارتكاز بطريقة صحيحة	
		معرفي	أن يعرف الطالب أهمية الارتكاز		هل عرف الطالب أهمية الارتكاز	
		وجداني	أن يظهر الطالب قدرته على التغلب على الخجل		هل أظهر الطالب قدرته بالتغلب على الخجل	
الأسبوع رقم : ٩		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث

الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٢	الوقوف على	مهاري	أن يؤدي الطالب مهارة الوقوف على الرأس		هل أدى الطالب مهارة الوقوف على الرأس	
	الرأس بطريقة	معرفي	أن يعدد الطالب مراحل مهارة الوقوف على الرأس		هل عدد الطالب مراحل المهارة	
	صحيحة	وجداني	أن يدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي		هل أدرك الطالب أهمية الأداء الجماعي	

الأسبوع رقم : ١٠		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٢	تنطيط الكرة	مهاري	أن يؤدي الطالب تنطيط الكرة بطريقة صحيحة		هل أدى الطالب التنطيط للكرة بطريقة صحيحة	
	في الهواء	معرفي	ان يعرف الطالب القوة اللازمة لتحريك الكرة		هل عرف الطالب القوة اللازمة لتحريك الكرة	
		وجداني	ان يظهر الطالب جلدًا وصبراً أثناء النشاط		هل اظهر الطالب صبرا وجلدا أثناء النشاط	

الأسبوع رقم : ١١		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٢	تنمية عنصر	مهاري	ان يؤدي الطالب تمرينات الرشاقة بطريقة صحيحة		هل ادى الطالب تمرينات الرشاقة بطريقة صحيحة	
	الرشاقة	معرفي	ان يعرف الطالب تمرينات تخدم المهارة		هل عرف الطالب تمرينات تخدم المهارة	
	( لعبة صغيرة )	وجداني	ان يشجع الطالب زملائه أثناء النشاط		هل شجع الطالب زملائه أثناء النشاط	

الأسبوع رقم : ١٢		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٢	التعلق بطريقة صحيحة	مهاري	ان يؤدي الطالب التعلق بطريقة صحيحة		هل ادى الطالب التعلق بطريقة صحيحة	
		معرفي	ان يتعرف الطالب على القواعد المختلفة للارتكاز		هل عرف الطالب القواعد المختلفة للارتكاز	
		وجداني	أن يظهر الطالب شجاعة أثناء النشاط		هل اظهر الطالب شجاعة أثناء النشاط	
الأسبوع رقم : ١٣		تاريخ التنفيذ	من:	إلى:	المرحلة الدراسية : الابتدائية	الصف : الثالث

الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٣	الطعن على القدمين في جميع الاتجاهات	مهاري	أن يؤدي الطالب الطعن بطريقة صحيحة		هل أدى الطالب مهارة الطعن بطريقة صحيحة	
		معرفي	أن يتعرف الطالب على قواعد مختلفة لارتكاز الجسم		هل تعرف الطالب قواعد مختلفة للارتكاز	
		وجداني	ان يدرك الطالب أهمية الاستئذان		هل ادرك الطالب أهمية الاستئذان	

الأسبوع رقم: ١٤						
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٣	الميزان الجانبي	مهاري	أن يؤدي الطالب الميزان الجانبي بطريقة صحيحة		هل أدى الطالب الميزان الجانبي صحيحة	
		معرفي	أن يتعرف الطالب على قواعد مختلفة لارتكاز الجسم		هل تعرف الطالب قواعد مختلفة للارتكاز	
		وجداني	أن يعي الطالب أهمية الانتظام		هل وعى الطالب بأهمية الانتظام	

الأسبوع رقم: ١٥						
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٣	رمي الكرة بطريقة صحيحة	مهاري	أن يؤدي الطالب مهارة رمي الكرة بطريقة صحيحة		هل أدى الطالب مهارة رمي الكرة بطريقة صحيحة	
		معرفي	أن يعدد الطالب خطوات الأداء الفني		هل عدد الطالب خطوات الأداء الفني للمهارة	
		وجداني	أن يقدر الطالب أهمية الاستئذان		هل قدر الطالب أهمية الاستئذان	

الأسبوع رقم: ١٦						
الوحدة	الخبرة	الأهداف التعليمية		الأسلوب التعليمي	مؤشرات تحقيق الأهداف	توقيع المدير
٣	الانزلاق بطريقة صحيحة	مهاري	أن يؤدي الطالب الانزلاق بطريقة صحيحة		هل أدى الطالب الانزلاق بطريقة صحيحة	
		معرفي	ان يعرف الطالب أهمية الانزلاق الآمن		هل عرف الطالب أهمية الانزلاق الآمن	
		وجداني	أن يساعد الطالب زملائه في المواقف المختلفة		هل ساعد الطالب زملائه في المواقف	