

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس للصف الثالث الابتدائي

إسم المعلمة

## أهداف التعليم في المملكة

- ١- غرس العقيدة الإسلامية الصحيحة والمعارف والمهارات المفيدة والاتجاهات والقيم المرغوبة لدى الطلاب ليشبوا رجالاً- أو نساء فاهمين لدورهم في الحياة، واعين بعقيدتهم مدافعين عنها وعاملين في ضوئها لخير الدنيا والآخرة معا.
- ٢- توفير الكوادر البشرية اللازمة لتطوير المجتمع اقتصاداً واجتماعياً وثقافياً بما يخدم خطط التنمية الطموحة في المملكة ويدفع هذه الخطط من نجاح إلى نجاح.
- ٣- الحرص على مصلحة الفرد والجماعة معا ، فهو يبتغي مصلحة الفرد من خلال تعليمه تعليماً كافياً مفيداً لذاته ، كما يبتغي مصلحة الجماعة بالإفادة مما يتعلمه الأفراد لتطوير المجتمع بصورتين :
  - أ ) مباشرة : وذلك من خلال الإسـهام في الإنتاج والتنمية .
  - ب ) غير مباشرة : وذلك من خلال القضاء على الأمية ، ونشر الوعي لدى جميع أبناء الأمة بشكل يضمن لهم حياة واعية مستنيرة ودورا أكثر فاعلية في بناء مجتمعاتهم .

## اهداف مادة التربية البدنية

١- تتعزز لديها تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني بما يناسب طالب هذا الصف.

٢- تكتسب السلوك المؤدي إلى التغلب على المعوقات النفسية.

٣- تتعزز لديه اكتساب السلوك المؤدي لتنمية المشاركة مع الآخرين.

٤- تنمو لديها عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بما يناسب طالب هذا الصف.

٥- تكتسب المبادئ الأساسية للمهارات الرياضية في الألعاب المقررة لهذا الصف.

٦- تعرف على بعض المفاهيم الصحية والفسولوجية المناسبة لهذا الصف.

٧- تعرف على بعض الجوانب الفنية والقانونية المهمة لممارسة الألعاب الرياضية.

## معلومات عن المعلمة

الاسم:



المؤهل:



التخصص:



الصفوف التي تدرسها:



مواد التدريس:



أسم المدرسة:



## المسرد

م	اسم الدرس	التاريخ	توقيع المعلمة	توقيع المديرية
١				
٢				
٣				
٤				
٥				
٦				
٧				
٨				
٩				
١٠				
١١				
١٢				
١٣				
١٤				
١٥				
١٦				
١٧				
١٨				
١٩				
٢٠				

توزيع منهج مادة ( التربية البدنية والدفاع عن النفس ) للصف ( الثالث ابتدائي )


ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		إلى	من	
<p>بداية الدراسة للطلاب للفصل الدراسي الثاني</p> <p>إجازة منتصف الفصل الدراسي الثاني</p> <p>بداية الدراسة بعد إجازة منتصف الفصل الدراسي الثاني</p> <p>بداية إجازة الفصل الدراسي الثاني</p> <p>٢٠٢١/١٢/٠٥ - ١٤٤٣/٠٥/٠١ هـ</p> <p>٢٠٢٢/٠١/٠٦ - ١٤٤٣/٠٦/٠٣ هـ</p> <p>٢٠٢٢/٠١/١٦ - ١٤٤٣/٠٦/١٣ هـ</p> <p>٢٠٢٢/٠٣/١٠ - ١٤٤٣/٠٨/٠٧ هـ</p>	اهمية ارتداء الأحذية أثناء ممارسة النشاط البدني + اهمية ارتداء الجوارب أثناء ممارسة النشاط البدني	الاحد ١٤٤٣/٥/٠١ هـ	الخميس ١٤٤٣/٥/٠٥ هـ	١
	التوافق + التعلق الرأسي بطريقة آمنة وصحيحة + مرجحة الذراعان من خلف وأمام الجسم	الاحد ١٤٤٣/٥/٠٨ هـ	الخميس ١٤٤٣/٥/١٢ هـ	٢
	الالتزان من وضع الإقعاء نصفاً + تنطيط الكرة باليد الواحدة بطريقة صحيحة في الهواء	الاثنين ١٤٤٣/٥/١٦ هـ	الخميس ١٤٤٣/٥/١٩ هـ	٣
	الاحد إجازة مطولة			
	المحافظة على الأدوات أثناء النشاط البدني + الرشاقة	الاحد ١٤٤٣/٥/٢٢ هـ	الخميس ١٤٤٣/٥/٢٦ هـ	٤
	التعلق الأفقي بطريقة آمنة وصحيحة + القوس المعكوس	الاحد ١٤٤٣/٥/٢٩ هـ	الخميس ١٤٤٣/٦/٠٣ هـ	٥
	إجازة منتصف الفصل من ١٤٤٣/٦/٠٣ هـ حتى ١٤٤٣/٦/١٠ هـ	الخميس ١٤٤٣/٦/٠٣ هـ	الخميس ١٤٤٣/٦/١٠ هـ	
	الوقوف على قاعدة الاتزان "قاعدة غير ثابتة" + رمي الكرة بطريقة صحيحة	الاحد ١٤٤٣/٦/١٣ هـ	الخميس ١٤٤٣/٦/١٧ هـ	٦
	المحافظة على الأجهزة أثناء مزاوله النشاط البدني + المرونة	الاحد ١٤٤٣/٦/٢٠ هـ	الخميس ١٤٤٣/٦/٢٤ هـ	٧
	التعلق المقلوب بطريقة آمنة وصحيحة + التسلق بطريقة صحيحة وأمنة بواسطة حبال معلقة	الاحد ١٤٤٣/٦/٢٧ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/٦/٢٩ هـ	٨
	الأربعاء والخميس إجازة مطوله			
	تنطيط الكرة بالراس بطريقة صحيحة + مدخل في رياضة الجودو	الاحد ١٤٤٣/٧/٠٥ هـ	الخميس ١٤٤٣/٧/٠٩ هـ	٩
	الوقفة الهجومية (اليمنى - اليسرى)	الاحد ١٤٤٣/٧/١٢ هـ	الخميس ١٤٤٣/٧/١٦ هـ	١٠
الوقفة الدفاعية (اليمنى - اليسرى)	الاحد ١٤٤٣/٧/١٩ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/٧/٢١ هـ	١١	
الأربعاء والخميس إجازة مطوله				
الاختبارات	الاحد ١٤٤٣/٧/٢٦ هـ	الخميس ١٤٤٣/٧/٣٠ هـ	١٢	
	الاحد ١٤٤٣/٨/٠٣ هـ	الخميس ١٤٤٣/٨/٠٧ هـ	١٣	







# تحضير التعلم الرقمي – الليزر

الاستراتيجيات	تحضير التعلم الرقمي			
	عنوان الوحدة			المادة
	موضوع الدرس			التربية البدنية ثالث ابتدائي
	القفز لتجاوز ارتفاعات مختلفة بطريقة صحيحة وآمنة		نوع الدرس	
	حضوري <input type="radio"/>	عن بعد <input type="radio"/>		
الرسم المصورة <input type="checkbox"/> الرسوم المتحركة <input type="checkbox"/> التعلم التعاوني <input type="checkbox"/> التعلم بالأقران <input type="checkbox"/> التفكير <input type="checkbox"/> الإبداعي <input type="checkbox"/> المصف الذهني <input type="checkbox"/> أخرى ..... <input type="checkbox"/> المناقشة <input type="checkbox"/> التلم الآتي <input type="checkbox"/>	التعرف على مواصفات الحذاء المناسب للمشي تعقيم الحذاء بعد الاستخدام بوضعها في الهواء التعزيز على تعاليم الدين الإسلامي المرتبط بتطبيق المهارة		الاهداف	اليوم
				الاثنين
				الثلاثاء
				الأربعاء
				الخميس
		هل تعرفت على مواصفات الحذاء المناسب للمشي هل عقلت الحذاء بعد الاستخدام بوضعها في الهواء هل عززت على تعاليم الدين الإسلامي المرتبط بتطبيق المهارة	الواجبات والتقويم	التاريخ
		<input type="checkbox"/> البرجكتر <input type="checkbox"/> السبورة <input type="checkbox"/> الكتاب <input type="checkbox"/> البطاقات <input type="checkbox"/> أقلام ملونة <input type="checkbox"/> صور <input type="checkbox"/> المسجل <input type="checkbox"/> أفلام تعليمية <input type="checkbox"/> أخرى .....	المعينات التعليمية	
		<input type="checkbox"/> فيديوهات <input type="checkbox"/> بوربوينت <input type="checkbox"/> أوراق عمل <input type="checkbox"/> أخرى .....	الإثراءات	
		<input type="checkbox"/> نشاط مدرسي <input type="checkbox"/> نشاط منزلي <input type="checkbox"/> مسابقة مدرستي <input type="checkbox"/> أخرى <input type="checkbox"/>	الأنشطة	
		<input type="checkbox"/> اختبار وحدة <input type="checkbox"/> اختبار فترة <input type="checkbox"/> اختبار اسبوعي <input type="checkbox"/> أخرى <input type="checkbox"/>	الاختبارات	
			ملاحظات	

الأخوة المعلمين والمعلمات

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

يسر مؤسسة التحاضير الحديثة

[www.mta.sa](http://www.mta.sa)

أن تقدم لكم جميع ما يخص مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس

للفصل الدراسي الثاني ١٤٤٣ هـ

تحضير + توزيع + أهداف

أنواع التحاضير

المسرد + التعلم النشط الجديد + التعليم الرقمي

المرفقات

ثلاثة عروض بور بوينت مختلفة لكل درس

+

كتاب الطالبة و دليل المعلمه

+

سجلات التقويم والمهارات حسب نظام نور

+

مجلدات اختبارات متنوعه

+

أوراق قياس لكل درس

+

أوراق عمل لكل درس

+

سجل إنجاز المعلمة

+

سجل إنجاز الطالبة

+

حل أسئلة الكتاب

+

خرائط ومفاهيم

+

أسئلة وأجوبة برنامج حسن لجميع الفترات

+

اثرعات



شرح متميز بالفيديو لجميع دروس المنهج

التوصيل للرياض والخرج مجاناً

لمن هم خارج مدينة الرياض يضاف قيمة الارسالية 50 ريال للفيدكس

(من 48 ساعة الى 72 ساعة)

ويمكنكم كذلك تسجيل الطلب

إلكترونياً عن طريق الرابط

[www.mta.sa/c](http://www.mta.sa/c)

كذلك يمكننا التوصيل عن الايميل او الفيدكس لجميع مدن المملكة

(سي دي \_ طباعة ملونة \_ طباعة عادية ) حسب طلبكم

ايميل المبيعات

[T@mta.sa](mailto:T@mta.sa)

سعر المادة على سي دي 20 ريال

سعر المادة عن طريق الايميل 20 ريال

سعر المادة مع السي دي طباعة عادية 30 ريال

سعر المادة مع السي دي طباعة ملونة 60 ريال

لمن هم خارج مدينة الرياض يضاف قيمة الارسالية 50 ريال للفيدكس المستعجل

\*اعمال منصة مدرستي الاسبوع الواحد ٦٠ ريال عشر اسابيع ٥٥٠ ريال\*

وهنا أرقام حسابات المؤسسة للمعلمين

---

حسابات بنوك باسم "سعد عبدالرحمن العتيبي"

=====

الراجحي

129000010006086326718

اي بان

SA44 8000 0129 6080 1632 6718

---

البنك الأهلي

21065828000106

اي بان

SA0610000021065828000106

---

بنك سامبا

8001852539

اي بان

SA2740000000008001852539

---

بنك الرياض

2052558759940

اي بان

SA3520000002052558759940

---

البنك السعودي الفرنسي

K2213000185

اي بان

SA82550000000K2213000185

---

بنك البلاد

900127883010006

اي بان

SA4715000900127883010006

---

البنك السعودي للاستثمار

0101001926001

اي بان

SA6065000000101001926001

---

بنك الجزيرة

030680161166001

اي بان

SA6760100030680161166001

---

بنك الانماء

68202882885000

اي بان

SA2805000068202882885000

---



للتواصل عبر الواتس أو الاتصال تليفونيا على احدي الارقام التالية:

0555107025

0557977722

0551092444

0558396006

0558396004

0558396119

0505107025