



وزارة التعليم  
Ministry of Education  
VISION 2030  
رؤية 2030



# التربية الفكرية

## تحضير مادة التربية البدنية

### الصف الثالث متوسط

معلمة المادة

## مادة التربية البدنية المرحلة المتوسطة

تحقيق الهدف	التقديرات القبليّة		الأهداف التعليمية العامة	م
	غير موجودة	موجود جزء منها		
يكتب بالأرقام			تتعزز لديها تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني.	١
			يتعزز لديها السلوك المؤدي إلى تحمل المسؤولية وتنمية القيادة.	٢
			يتعزز لديها السلوك المؤدي إلى احترام الفروق الفردية بين التلميذات.	٣
			تنمو لديها عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.	٤
			تظهر قدراً من الكفاية عند أداء الأنشطة المقررة.	٥
			تتعرف على بعض المفاهيم الميكانيكية والصحية والفسولوجية المناسبة.	٦
			تتعرف على بعض الجوانب الفنية، والقانونية المهمة لممارسة الأنشطة المقررة، وتعزيزها.	٧
			تنمية القدرة الحركية عن طريق تطوير الذات.	٨
			المحافظة على القوام بقدر الإمكان، والتقليل من مخاطر التشوهات الجسمية الشائعة مثل الجلوس الصحيح على المقعد، المشي الصحيح، حمل الحقيبة المدرسية بطريقة صحيحة.	٩
			تأدية التلميذة للحركات الأساسية الانتقالية مثل: (المشي، الجري، التسلق)، والحركات غير الانتقالية مثل (الالتفاف، والدوران) بشكل مناسب وبقدر الاستطاعة.	١٠
			المشاركة في تمثيل وتقليد الأدوار عن طريق الحركات التمثيلية.	١١
			تعويد التلميذة على بعض قواعد النظام والانضباط.	١٢
			تقبل التلميذة الجو المدرسي المريح.	١٣
			إكساب التلميذات عادات صحية سليمة تحافظ على القوام الجيد بقدر الاستطاعة.	١٤
			إدخال الفرح والسرور على التلميذة نتيجة ممارستها للنشاط البدني.	١٥
			احترام تعليمات وإرشادات المعلمة.	١٦
			تكوين علاقات اجتماعية من خلال مجموعة اللعب.	١٧
			ممارسة الألعاب أثناء وقت الفراغ خارج المدرسة.	١٨
			المحافظة على الأدوات الرياضية، وممتلكات المدرسة بشكل عام.	١٩

( بشكل صحيح = 90 % كحد أدنى ) ( بشكل مقبول = 70 % كحد أدنى ) ( بقدر الإمكان = 40 % كحد أدنى )  
 معلمة التلميذة ( ..... ) المشرفة المتابعة ( ..... )

## توزيع منهج مادة ( التربية البدنية ) للصف ( الثالث متوسط تربية فكرية )

ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		من	إلى	
بداية الدراسة للطلاب للفصل الدراسي الثاني إجازة منتصف الفصل الدراسي الثاني بداية الدراسة بعد إجازة منتصف الفصل الدراسي الثاني بداية إجازة الفصل الدراسي الثاني  م ٢٠٢١/١٢/٠٥ - هـ ١٤٤٣/٠٥/٠١ م ٢٠٢٢/٠١/٠٦ - هـ ١٤٤٣/٠٦/٠٣ م ٢٠٢٢/٠١/١٦ - هـ ١٤٤٣/٠٦/١٣ م ٢٠٢٢/٠٣/١٠ - هـ ١٤٤٣/٠٨/٠٧	كرة قدم (ضرب الكرة بالرأس من الوثب)	الاحد ١٤٤٣/٥/٠١ هـ	الخميس ١٤٤٣/٥/٠٥ هـ	١
	كرة قدم ( التمريره الطويلة )	الاحد ١٤٤٣/٥/٠٨ هـ	الخميس ١٤٤٣/٥/١٢ هـ	٢
	كرة قدم ( امتصاص الكرة بالفخذ ثم التصويب )	الاثنين ١٤٤٣/٥/١٦ هـ	الخميس ١٤٤٣/٥/١٩ هـ	٣
	الاحد اجازة مطولة			
	ألعاب قوى ( الوثب الطويل بطريقة التعليق في الهواء )	الاحد ١٤٤٣/٥/٢٢ هـ	الخميس ١٤٤٣/٥/٢٦ هـ	٤
	ألعاب قوى (جري المسافات المتوسطة)	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 ١٤٤٣/٦/١٠ هـ	الخميس ١٤٤٣/٦/٠٣ هـ	
	ألعاب قوى ( الوثب الطويل )	الاحد ١٤٤٣/٦/١٣ هـ	الخميس ١٤٤٣/٦/١٧ هـ	٦
	كرة سلة ( الارتكاز الخلفي )	الاحد ١٤٤٣/٦/٢٠ هـ	الخميس ١٤٤٣/٦/٢٤ هـ	٧
	كرة سلة ( التمريرة الخاطفية )	الاحد ١٤٤٣/٦/٢٧ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/٦/٢٩ هـ	٨
	الأربعاء والخميس إجازة مطولة			
	كرة سلة ( التصويب من الوثب )	الاحد ١٤٤٣/٧/٠٥ هـ	الخميس ١٤٤٣/٧/٠٩ هـ	٩
	كرة سلة ( يشارك في منافسة صغيرة )	الاحد ١٤٤٣/٧/١٢ هـ	الخميس ١٤٤٣/٧/١٦ هـ	١٠
كرة سلة ( يشارك في منافسة صغيرة )	الاحد ١٤٤٣/٧/١٩ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/٧/٢١ هـ	١١	
الأربعاء والخميس إجازة مطولة				
الاختبارات	الاحد ١٤٤٣/٧/٢٦ هـ	الخميس ١٤٤٣/٧/٣٠ هـ	١٢	
	الاحد ١٤٤٣/٨/٠٣ هـ	الخميس ١٤٤٣/٨/٠٧ هـ	١٣	

المادة	الموضوع	تاريخ البدء	تاريخ الانتهاء
التربية البدنية	الوحدة/ قدم - درس كرة قدم (ضرب الكرة بالرأس من الوثب)	14 / / هـ	14 / / هـ
الهدف التعليمي	تقوم التلميذة بالمرجة العمودية مع رفع العقبين في العدة الثالثة.		

تعليمات : تراعي المعلمة عند وضع الاهداف السلوكية ان تصف التغيير المطلوب إحداثه في التلميذة ، ويمكن ملاحظتها وقياسها ، واصفة سلوك التلميذة لعملية التعليم وتكون متسلسلة منطقيا لتبدأ من السهل موفرة فرصا للنجاح ، ومجزئة للهدف العام .

م	الاهداف السلوكية
1	أن تقوم التلميذة بتأدية ضرب الكرة بالرأس من الثبات بدقة.
2	أن تقوم التلميذة بانتقاد زميلاتها أثناء أداء المهارة.
3	أن تقوم التلميذة باحترام زميلاتها أثناء المنافسة.

تعليمات : تعتبر الوسائل التعليمية مجموعة المواد والاجهزة والوسائط التي توظف في توضيح المهمات التعليمية فيما يسهل علي التلميذة تعليمها .

الوسائل التعليمية المستخدمة			
السيورة	الكتاب	نموذج بالفصل	اخرى

تعليمات : تراعي المعلمة في كل اجراء جميع مبادئ التعليم الاساسية ( التدرج ، والسهولة ، والمرونة ، والتكامل ) المختصرة ، بالإضافة الي التعزيز الفوري .

إجراءات التدريس	
المقدمة والتمهيد : مجموعتان من اللاعبات يقفن أمام بعضهن. تبدأ اللاعبه الأولى في المجموعة ضرب الكرة بالرأس تعدد فيها لنفسها عالياً والوثب لأعلى ثم تجري خلف المجموعة وتستمر التمرين حتى نهاية المجموعة . وهكذا	عرض الدرس :
الخطوات الفنية / 1- تضرب الكرة بالجهة . 2- يجب أن تكون العينين مفتوحتان . 3- يجب أن تضرب الكرة من منتصفها . 4- تنتهي الركبتان ويميل الجسم للخلف قبل ضرب الكرة . 5- ترتفع الذراعان جانباً بخفة لحفظ التوازن .	الخطوات التطبيقية / 1- رمي الكرة عالياً فوق الرأس ثم محاولة ضربها بالجهة . 2- تنطيط الكرة بالرأس عدت مرات . 3- رمي الكرة نحو الحائط ثم ضربها بالرأس . 4- رمي الكرة لزائلة عالياً لتضربها بالرأس نحو الزائلة مع تباعد المسافة بالتدرج .

تعليمات : تراعي المعلمة في كل اجراء جميع مبادئ التعليم الاساسية ( التدرج ، والسهولة ، والمرونة ، والتكامل ) المختصرة ، بالإضافة الي التعزيز الفوري .

اساليب التدريس						
توجيه لفظي	ايماءات	حوار ونقاش	محاكاة ونمجه	لعب	قصص	توجيه بدني
خبرة مباشرة						تمثيل

تعليمات : تلك التدريبات التطبيقية التي تكلف بها التلميذة بعد الانتهاء من اجراءات الدرس من اجل دعم ما تعلمته وتصميمه سواء كان ذلك في المدرسة او المنزل .

الانشطة العملية						
استثمارات البيئة المحيطة	ارسال ورقة تعليمات للأسرة	عمل تدريبات فنية	عمل تدريبات منزلية	زيارات ورحلات	استثمار المواقع	عمل مسابقات

تعليمات : تلك الاساليب المستخدمة من قبل المعلمة للرفع من مستوى قابلية التلميذة للتعلم ، علي ان لا تصل لحد الاشباع .

اساليب التعزيز				
تعزيز اجتماعي	تعزيز غذائي	تعزيز مادي	تعزيز نشاطي	اخرى

تعليمات : تلك الاساليب الاجراءات التي تهدف الي العرف علي مدي تقدم اداء التلميذة .

اساليب التعزيز			
ملاحظات اداء المهارة	الاجابة علي الاسئلة المباشرة	تعزيز مادي	تأمين التمارين
			اخرى

مدي اتقان التلميذة للمهارات والاهداف السلوكية	الهدف (1)	الهدف (2)	الهدف (3)	الهدف (4)	الهدف (5)	الملاحظات
( يكتب الاتقان بالأرقام )						

• عند اشتراك اكثر من تلميذة بمهارة عامة يسجل مدي اتقانهم للهدف السلوكي حسب الجدول التالي

الرقم	اسم التلميذة	الهدف (1)	الهدف (2)	الهدف (3)	الهدف (4)	الهدف (5)	الملاحظات
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

\*تحقيق الهدف :

١. اتقنت بنسبة 90 ← 100%  
 ٢. اتقنت معظم المهارة بنسبة 75 ← 89%  
 ٣. اتقنت بعض المهارة بنسبة 60 ← 74%  
 ٤. لم تتقن .

ملاحظات المعلمة :

.....  
 .....  
 .....

الملاحظات الفنية :

.....  
 .....  
 .....

الاسم / ..... التوقيع / ..... التاريخ / .....

الأخوة المعلمين والمعلمات

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

يسر مؤسسة التحاضير الحديثة

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

أن تقدم لكم جميع تحاضير التربية الفكرية



أنواع التحاضير

نموذج تحضير الوزارة – التعلم الرقمي – الخطة الفردية

+

ورق العمل

+

+

كتاب إلكتروني

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

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

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 50 ريال

سعر المادة مع السي دي طباعة ملونة 100 ريال

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

اعمال منصة مدرستي الاسبوع الواحد 60 ريال سبعة اسابيع 400 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