



وزارة التعليم
Ministry of Education

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم

الإدارة العامة للتعليم
مدرسة:

رؤية
VISION
2030

تحضير مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس الفصل الدراسي الثالث للف الثالث الابتدائي

معلمة المادة

أ/

أهداف التعليم في المملكة



- ١- غرس العقيدة الإسلامية الصحيحة والمعارف والمهارات المفيدة والاتجاهات والقيم المرغوبة لدى الطالبات 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 اقتصاديا واجتماعيا وثقافيا 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 تعليما كافيا مفيدا لذاته ، كما يبتغي مصلحة الجماعة بالإفادة مما يتعلمه الأفراد لتطوير المجتمع بصورتين :
 - أ) مباشرة : وذلك من خلال الإسهام في الإنجاز 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 .

أهداف تعليم المرحلة الابتدائية



- ١- غرس العقيدة الإسلامية الصحيحة في نفسه الطفل ورعايته بتربية إسلامية متكاملة، في خلقه، وجسمه، وعقله، ولغته، وانتمائه إلى أمة الإسلام.
- ٢- تدريب الطالبات على إقامة الصلاة، والأخذ بآداب السلوك والفضائل .
- ٣- تنمية المهارات الأساسية المختلفة وخاصة المهارة اللغوية والمهارة العددية، والمهارات الحركية .
- ٤- تزويد الطالبة بالقدر المناسب من المعلومات في مختلف الموضوعات .
- ٥- تعريف الطالبة بنعم الله عليها في نفسها، وفي بيئتها الاجتماعية والجغرافية لتحسن استخدام النعم، وتنفع نفسها وبيئتها .
- ٦- تربية ذوقه البديعي، وتعهدهم نشاطهن الابتكاري، وتنمية تقدير العمل اليدوي لديهن .
- ٧- تنمية وعي الطالبة لتدرك ما عليها من الواجبات ومآلها من الحقوق في حدود سنّه وخصائص المرحلة التي يمر به ، وغرس حب وطنه ، والإخلاص لولاة أمره .
- ٨- توليد الرغبة لدي الطالبات في الازدياد من العلم النافع والعمل الصالح وتدريبهم على الاستفادة من أوقات الفراغ .
- ٩- إعداد الطالبة لما يلي هذه المرحلة من مراحل حياته.

اهداف مادة التربية البدنية



- ١- يتعزز لديه تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني بما يناسب طالبة هذا الصف.
- ٢- يكتسب السلوك المؤدي إلى التغلب على المعوقات النفسية.
- ٣- يتعزز لديه اكتساب السلوك المؤدي لتنمية المشاركة مع الآخرين.
- ٤- تنمو لديه عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بما يناسب طالبة هذا الصف.
- ٥- يكتسب المبادئ الأساسية للمهارات الرياضية في الألعاب المقررة لهذا الصف.
- ٦- يتعرف على بعض المفاهيم الصحية والسيولوجية المناسبة لهذا الصف.
- ٧- يتعرف على بعض الجوانب الفنية والقانونية المهمة لممارسة الألعاب الرياضية.

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

موعد الاجازات	الدروس	التاريخ		الاسبوع
		من	إلى	
بداية الدراسة للفصل الثالث هـ ١٤٤٣/٠٨/١٧ م ٢٠٢٢/٠٣/٢٠	الغذاء الصحي اليومي + أضرار عدم الالتزام بالغذاء الصحي اليومي	الاحد ١٤٤٣/٨/١٧ هـ	الخميس ١٤٤٣/٨/٢١ هـ	١
	الاتزان + الالتفاف والدوران حول محوري الجسم الطولي والعرضي	الاحد ١٤٤٣/٨/٢٤ هـ	الخميس ١٤٤٣/٨/٢٨ هـ	٢
بداية اجازة عيد الفطر هـ ١٤٤٣/٠٩/٢٤ م ٢٠٢٢/٠٤/٢٥	التسلق بطريقة صحيحة وآمنة بواسطة سلاسل عمودية	الاحد ١٤٤٣/٩/٢ هـ	الخميس ١٤٤٣/٩/٦ هـ	٣
	التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام يد واحدة	الاحد ١٤٤٣/٩/٩ هـ	الخميس ١٤٤٣/٩/١٣ هـ	٤
بداية الدراسة بعد اجازة عيد الفطر هـ ١٤٤٣/١٠/٠٧ م ٢٠٢٢/٠٥/٠٨	التوافق + التسلق بطريقة صحيحة وآمنة بواسطة عقل حائطية	الاحد ١٤٤٣/٩/١٦ هـ	الخميس ١٤٤٣/٩/٢٠ هـ	٥
	التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام القدم + الرشاقة	الاحد ١٤٤٣/٩/٢٣ هـ	الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ	٦
	بداية اجازة عيد الفطر بنهاية دوام يوم الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ الى ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/٩/٢٥ هـ	الخميس ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	
اجازة نهاية اسبوع مطولة هـ ١٤٤٣/١٠/٢٤ م ٢٠٢٢/٠٥/٢٥	الألعاب التمهيدية للرياضات الجماعية + القوانين والقواعد المنظمة للرياضات الجماعية	الاحد ١٤٤٣/١٠/٧ هـ	الخميس ١٤٤٣/١٠/١١ هـ	٧
	مدخل في رياضة الكاراتيه + وقفه الانتباه (هيسكو - داتشي)	الاحد ١٤٤٣/١٠/١٤ هـ	الخميس ١٤٤٣/١٠/١٨ هـ	٨
اجازة نهاية اسبوع مطولة هـ ١٤٤٣/١١/١٦ م ٢٠٢٢/٠٦/١٥	غلق قبضة اليد + الوقفة المتوازية (هيكو - داتشي)	الاحد ١٤٤٣/١٠/٢١ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/١٠/٢٣ هـ	٩
	الأربعاء والخميس اجازة مطولة	الاحد ١٤٤٣/١٠/٢٨ هـ	الخميس ١٤٤٣/١١/٣ هـ	١٠
بداية اجازة نهاية العام الدراسي هـ ١٤٤٣/١٢/٠١ م ٢٠٢٢/٠٦/٣٠	اللكمة الأمامية المستقيمة من الثبات (جودان - تسوكي)	الاحد ١٤٤٣/١١/٦ هـ	الخميس ١٤٤٣/١١/١٠ هـ	١١
	اللكمة الأمامية المستقيمة من الثبات (شودان - تسوكي)	الاحد ١٤٤٣/١١/١٣ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/١١/١٥ هـ	١٢
	الأربعاء والخميس اجازة مطولة	الاحد ١٤٤٣/١١/٢٠ هـ	الخميس ١٤٤٣/١١/٢٤ هـ	١٣
	الاختبارات	الاحد ١٤٤٣/١١/٢٧ هـ	الخميس ١٤٤٣/١٢/١ هـ	١٤

نماذج بوربوينت

الوحدة الأولى:

مدخل في رياضة الكاراتيه



التحضير بطريقة المسرد

إلى: الخميس	من: الأحد	تاريخ التنفيذ :	الأسبوع :		الوحدة
توقيع المدير	مؤشرات تحقيق الأهداف	الأسلوب التعليمي	الأهداف التعليمية	الخبرة	
	هل تعرفت الطالبة على أهمية الغذاء الصحي اليومي		⊕ أن تتعرف الطالبة على أهمية الغذاء الصحي اليومي	مهامي	الغذاء الصحي اليومي
	هل ادركت الطالبة أهمية الغذاء الصحي اليومي		⊕ أن تدرك الطالبة أهمية الغذاء الصحي اليومي	معرفي	
	هل يتعزز لدى الطالبة تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني ؟		⊕ أن تتعزز لدى الطالبة تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني	وجداني	

التحضير بطريقة التعلم النشط الجديد

المادة	الوحدة	موضوع الدرس	التاريخ	الصف والمرحلة	الاسبوع	عدد الحصص
تربية بدنية		أهمية الغذاء الصحي		ثاني ابتدائي		
مناقشة أهمية الغذاء الصحي						
التهيئة والتجهيز						
الوسائل التعليمية	<input type="checkbox"/> عرض مرئي <input type="checkbox"/> سيور ذكية <input type="checkbox"/> فرائح العرونية <input type="checkbox"/> أوراق نشاط <input type="checkbox"/> كتاب نشاط <input type="checkbox"/> تجارب عملية <input type="checkbox"/> قطع الورق والطين					
استراتيجية التعلم النشط	<input type="checkbox"/> قرآن المفاهيم <input type="checkbox"/> أمثلة المشكلات <input type="checkbox"/> التدريس التبادلي <input type="checkbox"/> القبعات الست <input type="checkbox"/> المسابقات <input type="checkbox"/> أسئلة بطاقات <input type="checkbox"/> فكر- زوج- شارك <input type="checkbox"/> البطاقات المزججة <input type="checkbox"/> الرؤوس المرفوعة <input type="checkbox"/> أخرى					
نواتج التعلم المكتشف لها (الأهداف)	أن تعرف الطالبة على أهمية الغذاء الصحي أن تدرك الطالبة أهمية الغذاء الصحي أن تتعزز لدى الطالبة تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني					
الخبرات السابقة	مراجعة لما سبق					
الإجراءات تحقيق التواتج من المعلمة والمعلم	مهام المعلمة			مهام الطالبات		
	<ul style="list-style-type: none"> * تحديد الهدف . * إعطاء الوقت الكافي للطالبات في البحث عن الإجابة . * وضع البدائل المتعددة من الحركات للمهارة . * تصحيح أسئلة عن الطريقة المثلى للمهارة . * ترجيح الطريقة المثلى للمهارة . * هزل الطالبة في عملية استكشافية مبنية . * تنمية عملية التفكير والاستقصاء والاكتشاف . * المعلمة هريكة للطالبة في كل القرارات . * إعطاء الطالبة فرصة التجريب حتى تتمكن من تحديد الأفضل . * تنمية التفكير العميق عند الطالبات وربط الأداء الحركي بالقرارات البدنية . * تنمية العلاقة الإيجابية مع الطالبة من خلال عملية الاكتشاف . * جعل الطالبة في عملية استكشاف مبنية (عملية تعريب) . * تنمية مهارات اكتشاف متعاقبة ، تزدى متطعياً إلى اكتشاف المفهوم أو الحركة . * تصحيح الأسئلة للطالبات في صورة متعاقبة . * التحفز من إيجابيات الطالبات على كل سؤال مع تعبير التعنية الرجعة الفردية لكل طالبة . 			<ul style="list-style-type: none"> * أداء المهارة بأوضاع مختلفة على حسب البدائل المعروفة . * مقارنة المهارة للوصول إلى درجة الإتقان . * مقارنة المهارة للوصول على الوضع الصحيح لها . * المشاركة في تحديد الهدف والوصول إليه . * المشاركة للمعلمة في قرارات التعزيز والتقويم . * الإجابة على السؤال أن يصل إلى الموضوع الذي أختارته المعلمة . 		
نشاط قرآني	هل أنت الطالبة المهارة المطلوبة وفق الضوابط الفنية لها ؟					
نوع التقويم	تقويم قبلي		هل تعرفت الطالبة على أهمية الغذاء الصحي			
	تقويم بنائي		هل ادرت الطالبة أهمية الغذاء الصحي			
	تقويم ختامي		هل يتعزز لدى الطالبة تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني ؟			
أسلوب التقويم	<input type="checkbox"/> ورقة عمل <input type="checkbox"/> استرجعية تقويم <input type="checkbox"/> حل أسئلة الكتاب (نشاط) <input type="checkbox"/> أخرى					
مهارات التفكير المتكسبة	<input type="checkbox"/> الملاحظة <input type="checkbox"/> التصنيف <input type="checkbox"/> التفكير الناقد <input type="checkbox"/> التحم الذاتي <input type="checkbox"/> التحخيص <input type="checkbox"/> أخرى					
معلومات قرآنية المصادر والمراجع	الرجوع إلى مصادر البحث وجمع معلومات قرآنية عن الدرس					
الواجبات المنزلية	أحل أسئلة تخرج الدرس والأهظة المساجية					
رابط تقاعلي	الروابط التفاعلية بالكتاب المدرسي					
المهارات المستهدفة	<input type="checkbox"/> استماع <input type="checkbox"/> تحدث <input type="checkbox"/> قراءة <input type="checkbox"/> كتابة <input type="checkbox"/> تفكير					
النشطة ملك التحز	تعنى حصية الامحا					
ملاحظات وتوجيهات التدرس						
ملاحظات وتوجيهات المعلمة						

تحضير التعلم الرقمي

الاستراتيجيات	عنوان الوحدة		المادة		
	موضوع الدرس		التربية البدنية ٣ ب		
	نوع الدرس				
	عن بعد <input type="radio"/>	حضوري <input type="radio"/>			
	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف الطالبة على أهمية الغذاء الصحي اليومي • أن تدرك الطالبة أهمية الغذاء الصحي اليومي • أن تتعزز لدى الطالبة تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني 		الأهداف	اليوم	
	<ul style="list-style-type: none"> • هل تعرفت الطالبة على أهمية الغذاء الصحي اليومي • هل ادركت الطالبة أهمية الغذاء الصحي اليومي • هل يتعزز لدى الطالبة تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني؟ 		الواجبات والتقويم	التاريخ	
	<ul style="list-style-type: none"> • البروجيكتور • السبورة • الكتاب • البطاقات • أقلام ملونة • صور • المسجل • أفلام تعليمية • أخرى <input type="radio"/> 		المعينات التعليمية		
	<ul style="list-style-type: none"> • فيديوهات • بوربوينت • أوراق عمل • أخرى <input type="radio"/> 		الإجراءات		
	نشاط مدرسي <input type="radio"/>	نشاط منزلي <input type="radio"/>	مسابقة مدرستي <input type="radio"/>	أخرى <input type="radio"/>	الأنشطة
	اختبار وحدة <input type="radio"/>	اختبار فترة <input type="radio"/>	اختبار اسبوعي <input type="radio"/>	أخرى <input type="radio"/>	الاختبارات

التعلم التعاوني التعلم بالأقران فكر - زوج - شارك المناقشة الرسوم
 المصورة خرائط المفاهيم KWI - التعلم الذاتي التفكير الإبداعي
 العصف الذهني أخرى

الأخوة المعلمين والمعلمات

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

يسر مؤسسة التحاضير الحديثة

www.mta.sa

ان تقدم لكم كافة التحاضير الخاصة بـ التربية البدنية والدفاع عن النفس

للفصل الدراسي الثالث للعام ١٤٤٣ هـ

أنواع التحاضير

المسرد – التعلم النشط الجديد – تحضير التعليم الرقمي

أسعار المادة

سعر المادة الواحدة على سي دي ٢٠ ريال

سعر المادة الواحدة عن طريق الايميل ٢٠ ريال

سعر المادة الواحدة مع السي دي طباعة عادية ٣٠ ريال

سعر المادة الواحدة مع السي دي طباعة ملونة ٦٠ ريال

اعمال منصة مدرستي الاسبوع الواحد ٦٠ ريال عشرة اسابيع ٥٥٠ ريال

التوصيل للرياض والخرج مجانا

لمن هم خارج مدينة الرياض يضاف قيمة الارسالية ٥٠ ريال للفيدكس) من ٢٤ ساعة الى ٤٨ ساعة)

يمكنكم كذلك تسجيل الطلب

إلكترونياً عن طريق الرابط

<https://c.mta.sa>

كذلك يمكننا التوصيل عن طريق الايميل او سمسا لجميع مدن المملكة

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

ايميل المبيعات

T@mta.sa

تواصل معنا عبر الواتس أو الهاتف علي أرقام

٠٥٥٨٣٩٦١١٩

٠٥٥٨٣٩٦٠٠٦

٠٥٥٨٣٩٦٠٠٤

٠٥٠٥١٠٧٠٢٥

٠٥٥١٠٩٢٤٤٤

٠٥٥٧٩٧٧٧٢٢

٠٥٥٥١٠٧٠٢٥

وهنا أرقام حسابات المؤسسة للمعلمين

مصرف الراجحي ٢٣٣٦٠٨٠١٠٩٥٤٨٥٦

(اي بان)

SA٥٧ ٨٠٠٠٠٢٣٣٦٠٨٠١٠٩٥٤٨٥٦

حسابات بنوك باسم "سعد عبدالرحمن العتيبي"

البنك الأهلي

٢١٠٦٥٨٢٨٠٠٠١٠٦

(اي بان)

SA٦٢١٠٠٠٠٠٢١٠٦٥٨٢٨٠٠٠١٠٦

بنك الرياض

٢٠٥٢٥٥٨٧٥٩٩٤٠

(اي بان)

SA٣٥٢٠٠٠٠٠٢٠٥٢٥٥٨٧٥٩٩٤٠

بنك الجزيرة

٠٣٠٦٨٠١٦١١٦٦٠٠١

(اي بان)

SA٦٧٦٠١٠٠٠٣٠٦٨٠١٦١١٦٦٠٠١

بنك الانماء

٦٨٢٠٢٨٨٢٨٨٥٠٠٠

(اي بان)

SA٢٨٠٥٠٠٠٠٦٨٢٠٢٨٨٢٨٨٥٠٠٠

STC Pay