

**توزيع منهج : التربية البدنية الفصل الاول للعام 1441 / 1442 هـ الصف : الثالث الابتدائي**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **الأسبوع الأول**  **2 / 1 / 1441 هـ**  **إلى 6 / 1 / 1441 هـ** | **الأسبوع الثاني**  **9 / 1 / 1441 هـ**  **إلى 13 / 1 / 1441 هـ** | **الأسبوع الثالث**  **16 / 1 / 1441 هـ**  **إلى 20 / 1 / 1441 هـ** | **الأسبوع الرابع**  **23 / 1 / 1441 هـ**  **إلى 27 / 1 / 1441 هـ** | | **الأسبوع الخامس**  **30 / 1 / 1441 هـ**  **إلى 4 / 2 / 1441 هـ** |
| **الاستعدادات والتجهيزات والقياس القبلي لمستوى اللياقة البدنية** | **الانزلاق بطريقة صحيحة في اتجاهي الخلف والجانب** | **الارتكاز بطريقة صحيحة على الظهر مع تغيير الاتجاه** | **نقل الأداة فوق الرأس بثبات واتزان** | | **تنطيط الكره باليدين بطريقة صحيحة على الأرض** |
| **الأسبوع السادس**  **7 / 2 / 1441 هـ**  **إلى 11 / 2 / 1441 هـ** | **الأسبوع السابع**  **14 / 2 / 1441 هـ**  **إلى 18 / 2 / 1441 هـ** | **الأسبوع الثامن**  **21 / 2 / 1441 هـ**  **إلى 25 / 2 / 1441 هـ** | **الأسبوع التاسع**  **28 / 2 / 1441 هـ**  **إلى 3 / 3 / 1441 هـ** | | **الأسبوع العاشر**  **6 / 3 / 1441 هـ**  **إلى 10 / 3 / 1441 هـ** |
| **تنمية المقدرة على التصور الحركي** | **العاب صغيرة ومسابقات** | **السقوط بطريقة صحيحة وآمنة في اتجاهات مختلفة** | **الارتكاز على المقعدة مع الدوران حول مركز الارتكاز** | | **الوقوف على الرأس بطريقة صحيحة** |
| **الأسبوع الحادي عشر**  **13 / 3 / 1441 هـ**  **إلى 17 / 3 / 1441 هـ** | **الأسبوع الثاني عشر**  **20 / 3 / 1441 هـ**  **إلى 24 / 3 / 1441 هـ** | **الأسبوع الثالث عشر**  **27 / 3 / 1441 هـ**  **إلى 1 / 4 / 1441 هـ** | **الأسبوع الرابع عشر**  **4 / 4 / 1441 هـ**  **إلى 8 / 4 / 1441 هـ** | | **الأسبوع الخامس عشر**  **11 / 4 / 1441 هـ**  **إلى 15 / 4 / 1441 هـ** |
| **تنطيط الكرة باليدين في الهواء** | **التعلق بطريقة صحيحة وآمنة حسب مستويات مختلفة** | **الطعن على القدمين بالتبادل في جميع الاتجاهات**  **تطبيق الميزان الجانبي** | **رمي الكرة بطريقة صحيحة** | | **التعرف على حالة القلب أثناء ممارسة النشاط البدني بصورة مبسطة** |
| **الأسبوع السادس عشر**  **18 / 4 / 1441 هـ**  **إلى 22 / 4 / 1441 هـ** | **الأسبوع السابع عشر**  **25 / 4 / 1441 هـ**  **إلى 29 / 4 / 1441 هـ** | **بداية إجازة نهاية العام**    **7 / 5 / 1441 هـ**  **إلى 24 / 5 / 1441 هـ** | | **المعلم :**  **مشرف المادة :**  **مدير المدرسة :** | |
| **اختبارات الفصل الدراسي الأول** | |

اعداد و تصميم : تلغرام summer\_clod@ موقع : تو عرب www.arabia2.com/vb

اعداد و تصميم : سحابة صيف



