



موقع اجاباتكم

Google

للمزيد اكتب
في جوجل



موقع اجاباتكم

**موقع اجاباتكم التعليمي يوفر كل ما يحتاجه الطالب
والمعلم من حلول الكتب توزيع المنهج. اختبارات
نهائية وفترية ملخصات. أوراق عمل والكثير**

توزيع مقرر الصف الخامس الابتدائي

الفصل الدراسي الثالث ١٤٤٦ هـ



التربية البدنية والدفاع عن النفس
Physical Education and Self-Defence



وزارة التعليم
Ministry of Education

الأسبوع	التاريخ	الوحدة	عنوان الدرس	عدد الحصص
الأول	٢ / ٩ - ١٤٤٦/٩/٦ هـ	وحدة القياس القبلي	القياسات القبليّة لقياس عناصر اللياقة البدنية	٢
الثاني	٩ / ٩ - ١٤٤٦/٩/١٣ هـ	الخامسة كرة اليد	تمرير الكرة بيد واحدة من مستوى الرأس	١
الثالث	١٦ / ٩ - ١٤٤٦/٩/٢٠ هـ		تنطيط الكرات العالية والمنخفضة	١
			التصويب الكرة من مستوى الرأس مع الارتكاز	١
			القانون: منطقة المرمى: المادة (٦) ، المادة (٧) : لعب الكرة ، المادة (٩) : تسجيل الهدف	١
الرابع	٨ / ١٠ - ١٤٤٦/١٠/١٢ هـ		الثامنة (الريشة الطائرة)	تقويم نواتج تعلم وحدة كرة اليد
الخامس	١٥ / ١٠ - ١٤٤٦/١٠/١٩ هـ	الإرسال المرتفع		١
		ضربة الرد الأمامية		١
		الضربة المدفوعة الأمامية		١
السادس	٢٢ / ١٠ - ١٤٤٦/١٠/٢٦ هـ	الضربة المقوسة الأمامية		١
السابع	٢٩ / ١٠ - ١٤٤٦/١١/٣ هـ	الضربة الأمامية من فوق الرأس		١
		القانون: المادة (٦) : القرعة ، المادة (٧) : تسجيل النقاط ، المادة (٩) : الإرسال		١
الثامن	٨ / ١١ - ١٤٤٦/١١/١٠ هـ	تقويم نواتج تعلم وحدة كرة الريشة الطائرة	١	
		الدرجة الأمامية المنحنية من الوقوف	١	
		الوثب للأعلى أداء نصف لفة حول المحور الطولي ثم أداء الدرجة الخلفية المنحنية حتى وضع الوقوف	١	
التاسع	١٣ / ١١ - ١٤٤٦/١١/١٧ هـ	العاشرة (الجمباز الفني)	الاقتراب والارتقاء من على سلم الارتقاء للوثب للأعلى ثم الهبوط	٢
العاشر	٢٠ / ١١ - ١٤٤٦/١١/٢٤ هـ		الجدودو	١
الحادي عشر	٢٧ / ١١ - ١٤٤٦/١٢/٢ هـ	القفز فتحاً على طاولة القفز عرضاً	المفاهيم الميكانيكية الخاصة بمهارات الجمباز	١
		تقويم نواتج تعلم وحدة الجمباز الفني	١	
		وحدة القياس البعدي	السقطلة الأمامية (ماي - أوكيمي) السقطلة الأمامية الدائرية (ماي - مواري - أوكيمي) السقطلة الأمامية الدائرية (ماي - مواري - أوكيمي) من الوقوف طرق المسك في الجدودو (كومي - تاكا)	١
الثاني عشر	١٩ / ١٢ - ١٤٤٦/١٢/٢٣ هـ		القياسات البعديّة لقياس عناصر اللياقة البدنية	٢
الثالث عشر	٢٦ / ١٢ - ١٤٤٦/١٢/٢٦ هـ	-----	اختبارات	----