

تم تحميل وعرض المادة من

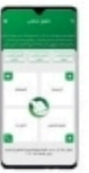
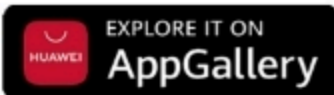
منهجي

mnhaji.com



موقع منهجي منصة تعليمية توفر كل ما يحتاجه المعلم
والطالب من حلول الكتب الدراسية وشرح للدروس
بأسلوب مبسط لكافة المراحل التعليمية وتوزيع
المناهج وتحضير وملخصات ونماذج اختبارات وأوراق
عمل جاهزة للطباعة والتحميل بشكل مجاني

حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد



توزيع مقرر الصف الثالث المتوسط

الفصل الدراسي الثالث ١٤٤٥ هـ

عدد الحصص	عنوان الدرس	الوحدة	التاريخ	الأسبوع
٢	القياسات القبليّة لقياس عناصر اللياقة البدنية	وحدة القياس القبلي	٢٢ / ٨ - ٢٦ / ٨ / ١٤٤٥ هـ	الأول
٢	دفاع حائط الصد	الخامسة (كرة اليد)	٢٩ / ٨ - ٤ / ٩ / ١٤٤٥ هـ	الثاني
٢	التصويبة السلمية من الوثب		٧ / ٩ - ١١ / ٩ / ١٤٤٥ هـ	الثالث
١	القانون: المادة (١٧) : العقوبات		١٤ / ٩ - ١٨ / ٩ / ١٤٤٥ هـ	الرابع
١	تقويم نواتج التعلم في وحدة كرة اليد			
١	الإرسال العالي	الثامنة (الريشة الطائرة)	٦ / ١٠ - ٩ / ١٠ / ١٤٤٥ هـ	الخامس
١	الضربة الساحقة الأمامية بوجه المضرب وظهره			
١	الكرة الساقطة		١٢ / ١٠ - ١٦ / ١٠ / ١٤٤٥ هـ	السادس
١	القانون: المادة (١٥) : الريشة خارج اللعب - المادة (١٦) اللعب المستمر وسوء السلوك والجزاءات			
١	تقويم نواتج التعلم في وحدة الريشة الطائرة		١٩ / ١٠ - ٢٢ / ١٠ / ١٤٤٥ هـ	السابع
١	الوقوف على اليدين ثم الدرجة الأمامية المنحنية	العاشرة (الجمباز الفني)		
١	الشقبة الأمامية على اليدين مع ربع لفّة راوند أوف		٢٦ / ١٠ - ١ / ١١ / ١٤٤٥ هـ	الثامن
١	الشقبة الأمامية على اليدين بالارتقاء المزدوج			
١	تقويم نواتج التعلم في وحدة الجمباز الفني			
١	إخلال الاتزان في الجودو (كوزوشي)	الجودو	٤ / ١١ - ٨ / ١١ / ١٤٤٥ هـ	التاسع
١	رمية الكتف (ايبون - سيو - ناجي)			
١	رمية الخصر الكبرى (أو - جوشي)		١١ / ١١ - ١٥ / ١١ / ١٤٤٥ هـ	العاشر
٢	القياسات البعدية لقياس عناصر اللياقة البدنية	وحدة القياس البعدي	١٨ / ١١ - ٢٢ / ١١ / ١٤٤٥ هـ	الحادي عشر
----	اختبارات	----	٢٥ / ١١ - ٢٩ / ١١ / ١٤٤٥ هـ	الثاني عشر
----	اختبارات	----	٢ / ١٢ - ٤ / ١٢ / ١٤٤٥ هـ	الثالث عشر

ملاحظة هامة / في وحدة الصحة واللياقة البدنية :

على المعلم 5/ ممارسة تطبيقات تنمي عناصر (القوة العضلية - التحمل العضلي - المرونة - السرعة - الرشاقة) أثناء تعليم الخبرات التعليمية