

# توزيع مقرر الصف الثالث الابتدائي

## الفصل الدراسي الأول ١٤٤٦ هـ

الوحدة	التاريخ	الوحدة	عنوان الدرس	عدد الحصص
الأول	١٤ / ٢ - ١٨ / ٢ / ١٤٤٦ هـ	الأولى	القياسات القبليّة لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	١
			ألعاب ومسابقات حركية تمهيدية	١
			ألعاب ومسابقات حركية تمهيدية	١
الثاني	٢١ / ٢ - ٢٥ / ٢ / ١٤٤٦ هـ	الثانية	معرفة ماذا يحدث للقلب أثناء ممارسة النشاط البدني بصورة مبسطة	١
			ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر المرونة	١
			الانزلاق الصحيح في اتجاهات مختلفة : الخلف والجانب	١
الثالث	٢٨ / ٣ - ٢ / ٣ / ١٤٤٦ هـ	الثانية	الانزلاق الصحيح في اتجاهات مختلفة : الخلف والجانب	١
			الاعتماد على الظهر مع تغيير الاتجاه	١
			نقل الأداة فوق الرأس بثبات واتزان	١
الرابع	٥ / ٣ - ٩ / ٣ / ١٤٤٦ هـ	الثانية	تنطيط الكرة باليدين على الأرض	١
			التصور الحركي أثناء ممارسة النشاط البدني	١
			تقويم الخبرات التعليمية في الوحدة الثانية وتعزيزها	١
الخامس	١٢ / ٣ - ١٦ / ٣ / ١٤٤٦ هـ	الأولى	ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر المرونة	١
			السقوط الآمن في الاتجاه الأمامي والجانب	٢
			الارتكاز على المقعدة مع الدوران حول مركز الارتكاز	١
السادس	٢١ / ٣ - ٢٣ / ٣ / ١٤٤٦ هـ	الثالثة	الوقوف على الرأس	٢
			تنطيط الكرة باليد الواحدة على الأرض	٢
			التصور الحركي أثناء ممارسة النشاط البدني	١
السابع	٢٦ / ٣ - ٣٠ / ٣ / ١٤٤٦ هـ	الثالثة	تقويم الخبرات التعليمية في الوحدة الثالثة وتعزيزها	١
			ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر التوافق	١
			السقوط الآمن في الاتجاه الخلفي	١
الثامن	٣ / ٤ - ٧ / ٤ / ١٤٤٦ هـ	الرابعة	الطعن على القدمين بالتبادل في جميع الاتجاهات	١
			الميزان الجانبي	١
			تنطيط الكرة باليدين في الهواء	١
التاسع	١٠ / ٤ - ١٣ / ٤ / ١٤٤٦ هـ	الرابعة	المحافظة على بيئة الأنشطة الرياضية	٢
			تقويم الخبرات التعليمية في الوحدة الرابعة وتعزيزها	١
			الصد من الخارج للدخول ( مومتونج - مكي ) من الثبات	٢
العاشر	١٧ / ٤ - ٢١ / ٤ / ١٤٤٦ هـ	التايكوندو الأولى	الصد من أعلى إلى أسفل ( أري - مكي ) من الثبات	١
			تطبيقات الأداء "جملة حركية" ( تعزيز نواتج التعلم )	١
			القياسات القبليّة لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	١
الحادي عشر	٢٤ / ٤ - ٢٨ / ٤ / ١٤٤٦ هـ	التايكوندو الثانية	الصد من أعلى إلى أسفل ( أري - مكي ) من الثبات	١
			تطبيقات الأداء "جملة حركية" ( تعزيز نواتج التعلم )	١
			القياسات القبليّة لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	١
الثاني عشر	١ / ٥ - ٥ / ٥ / ١٤٤٦ هـ	-----	اختبارات الفصل الدراسي الأول	-----