

# خطة مقترحة لمقرر الصف الثالث الابتدائي الفترة الدراسية الثانية ١٤٤٧ - ١٤٤٨ هـ

عدد الحصص	عنوان الدرس	الوحدة	التاريخ	الأسبوع		
٢	التعلق بالقبضة المتقوية بطريقة آمنة	السابعة		الأول		
١	التسلق بطريقة آمنة وسليمة بواسطة حبال معلقة			الثاني		
١	التسلق بطريقة آمنة وسليمة بواسطة حبال معلقة			الثالث		
٢	تنظيف الكرة بالرأس			الرابع		
١	مراجعة مهارات الوحدة السابعة			الخامس		
٢	الاتفاف حول محوري الجسم العرضي والطولي	الثامنة		السادس		
٢	التعلق بطريقة آمنة بواسطة سلاسل عمودية			السابع		
١	التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام يد واحدة			الثامن		
٢	مراجعة مهارات الوحدة الثامنة			التاسع		
١	مدخل في رياضة الجودو	الجودو		العاشر		
١	مدخل في رياضة الجودو			الحادي عشر		
٢	الوقفات الهجومية في الجودو			الثاني عشر		
٢	الوقفات الدفاعية في الجودو			الثالث عشر		
١	التحركات الرئيسية في الجودو			الرابع عشر		
١	التحركات الرئيسية في الجودو			الخامس عشر		
٢	التحركات الدائرية في الجودو			السادس عشر		
٢	تعليم السقطات في الجودو			السابع عشر		
١	التسلق بطريقة آمنة بواسطة عقل حائطية			التاسعة		الثامن عشر
١	التسلق بطريقة آمنة بواسطة عقل حائطية					التاسع عشر
١	التصويب على هدف ثابت أو متحرك باستخدام القدم	العشرون				
١	مراجعة مهارات الوحدة التاسعة	الحادي والعشرون				
٢	ممارسة لعبة تمهيدية في كرة القدم	العاشر		الثاني والعشرون		
١	ممارسة لعبة تمهيدية في كرة الطائرة			الثالث والعشرون		
١	ممارسة لعبة تمهيدية في كرة الطائرة			الرابع والعشرون		
٢	ممارسة لعبة تمهيدية في كرة السلة			الخامس والعشرون		
٢	ممارسة لعبة تمهيدية في كرة اليد			السادس والعشرون		
١	ممارسة لعبة تمهيدية في كرة المضرب			السابع والعشرون		
١	ممارسة لعبة تمهيدية في كرة المضرب			الثامن والعشرون		
٢	مراجعة مهارات الوحدة العاشرة			التاسع والعشرون		
٢	مدخل في رياضة الكاراتيه	الكاراتيه		الثلاثون		
١	المهارات الهجومية من الثبات (الكلمات الأمامية المستقيمة)			الحادي والثلاثون		
١	المهارات الهجومية من الثبات (الكلمات الأمامية المستقيمة)			الثاني والثلاثون		
٢	المهارات الهجومية من الثبات (الركلة الأمامية - ماي جيري)			الثالث والثلاثون		
٢	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من أسفل إلى أعلى - أوكي)			الرابع والثلاثون		
١	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من الداخل إلى الخارج - سوتو - أوكي)			الخامس والثلاثون		
١	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من الداخل إلى الخارج - سوتو - أوكي)			السادس والثلاثون		
٢	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من أعلى إلى أسفل - جيدان - براي)			السابع والثلاثون		