

تم تحميل وعرض المادة من

موقع كتبي

المدرسية اونلاين



www.ktbby.org

موقع كتبي يعرض لكم الكتب الدراسية الطبعة الجديدة وحلولها، وشرح للمناهج الدراسية، توزيع المناهج، تحاضير، أوراق عمل، نماذج إختبارات عرض مباشر وتحميل PDF

جميع الحقوق محفوظة للقائمين على العمل

تنسيق المعلم : منصور أحمد شامي

توزيع المحتوى الدراسي على الأسابيع في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ١٤٤٤ هـ

الأسبوع	المرحلة الابتدائية	الصف الأول	المادة: التربية البدنية والدفاع عن النفس	عدد الحصص في الأسبوع	
				الوحدة التعليمية	موضوعات المحتوى
١	التاريخ	الأولى	حقيبة الإسعافات الأولية	١	تنمية عناصر اللياقة البدنية
		الأولى	التوافق	١	تنمية عنصر التوافق
		الخامسة	صعود السلم	١	تنمية عنصر التوافق
٢	التاريخ	الخامسة	تحريك الرجل من مفصل الفخذ للمدى الحركي الكامل	١	تنمية عنصر التوافق
		الخامسة	الوقوف على قدم واحدة	١	تنمية عنصر التوافق
		الخامسة	تسليم الكرة وتسلمها	١	تنمية عنصر التوافق
٣	التاريخ	الخامسة	يتبع: تسليم الكرة وتسلمها	١	تنمية عنصر التوافق
		الخامسة	إدراك ضرر المشاركة الخطرة على الزميل أثناء ممارسة النشاط البدني	١	تنمية عنصر التوافق
٤	التاريخ	الأولى	الرشاقة	١	تنمية عنصر الرشاقة
		السادسة	الزحف الصحيح	١	تنمية عنصر الرشاقة
		السادسة	يتبع: الزحف الصحيح	١	تنمية عنصر الرشاقة
٥	التاريخ	السادسة	اللف حول المحور الطولي للجسم	١	تنمية عنصر الرشاقة
		السادسة	الوقوف بالقدمين على قاعدة ثابتة	١	تنمية عنصر الرشاقة
		السادسة	لقف الكرة	١	تنمية عنصر الرشاقة
٦	التاريخ	السادسة	يتبع: لقف الكرة	١	تنمية عنصر الرشاقة
		السادسة	اتزان الجسم أثناء الثبات	١	تنمية عنصر الرشاقة
		الأولى	المرونة	١	تنمية عنصر المرونة
٧	التاريخ	السابعة	الانزلاق الصحيح	١	تنمية عنصر المرونة
		السابعة	يتبع: الانزلاق الصحيح	١	تنمية عنصر المرونة
		السابعة	المشي المتزن على خط مستقيم	١	تنمية عنصر المرونة
٨	التاريخ	السابعة	ركل الكرة الثابتة	١	تنمية عنصر المرونة
		السابعة	يتبع: ركل الكرة الثابتة	١	تنمية عنصر المرونة
		السابعة	اتزان الجسم أثناء الحركة	١	تنمية عنصر المرونة
٩	التاريخ	السابعة	الوعي بالقوة اللازمة لنقل الجسم أو جزء منه	١	تنمية عنصر المرونة
		الجودو	مدخل في رياضة الجودو	١	تنمية عنصر التوافق
		الجودو	الوقفة الهجومية (اليمنى - اليسرى)	١	تنمية عنصر التوافق
١٠	التاريخ	الجودو	يتبع: الوقفة الهجومية (اليمنى - اليسرى)	١	تنمية عنصر الرشاقة
		الجودو	يتبع: الوقفة الهجومية (اليمنى - اليسرى)	١	تنمية عنصر الرشاقة
		الجودو	الوقفة الدفاعية (اليمنى - اليسرى)	١	تنمية عنصر الرشاقة
١١	التاريخ	الجودو	يتبع: الوقفة الدفاعية (اليمنى - اليسرى)	١	تنمية عنصر المرونة
		الجودو	يتبع: الوقفة الدفاعية (اليمنى - اليسرى)	١	تنمية عنصر المرونة
		الجودو	يتبع: الوقفة الدفاعية (اليمنى - اليسرى)	١	تنمية عنصر المرونة
١٢	التاريخ	الجودو	مسابقات وألعاب صغيرة تستهدف عنصر التوافق	١	تنمية عنصر التوافق
		الجودو	مسابقات وألعاب صغيرة تستهدف عنصر الرشاقة	١	تنمية عنصر الرشاقة
		الجودو	مسابقات وألعاب صغيرة تستهدف عنصر المرونة	١	تنمية عنصر المرونة
١	١	١	١	١	١
اختبارات نهائية				٢٠٢٣/٢/٢٦ م	
١٤٤٤/٨/٦ هـ الموافق				٢٠٢٣/٢/٢٦ م	
المرجع العلمي				المرجع العلمي	
https://drive.google.com/drive/folders/1HCQCBnyeAyoTeR81h3bbINk5IXHp5BRr					

