

تم تحميل وعرض المادة من

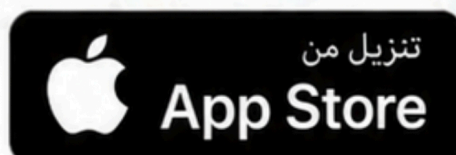
موقع كتيبي



www.kottby.net

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

حمل التطبيق من هنا





توزيع المنهج

لمادة: التربية البدنية والدفاع عن النفس

مدرسية:
الإدارة:

المادة: التربية البدنية والدفاع عن النفس						الصف: الأول الابتدائي						الفصل: الفصل الدراسي الأول						العام: ١٤٤٩ / ١٤٤٨ هـ					
الأسبوع الأول		الأسبوع الثاني		الأسبوع الثالث		الأسبوع الرابع		الأسبوع الخامس		الأسبوع السادس		الأسبوع السابع		الأسبوع الثامن		الأسبوع التاسع		الأسبوع العاشر		الأسبوع الحادي عشر		الأسبوع الثاني عشر	
من ٣٠/٩ إلى ٥/١٠ هـ		من ١٢/٩ إلى ١٧/٩ هـ		من ١٩/٩ إلى ٢٤/٩ هـ		من ٢/١٠ إلى ٧/١٠ هـ		من ٩/١٠ إلى ١٤/١٠ هـ		من ١٦/١٠ إلى ٢١/١٠ هـ		من ٢٣/١٠ إلى ٢٨/١٠ هـ		من ٣٠/١٠ إلى ٤/١١ هـ		من ٦/١١ إلى ١١/١١ هـ		من ١٣/١١ إلى ١٨/١١ هـ		من ٢٠/١١ إلى ٢٥/١١ هـ		من ٢٧/١١ إلى ٣٠/١١ هـ	
الوحدة الأولى عناصر اللياقة الحركية (الرشاقة، المرونة، الاتزان ، التوافق)		الوحدة الأولى تعرق الجسم استجابة للمجهود البدني		الوحدة الأولى مفهوم الغذاء الصحي		الوحدة الثانية الوضع الصحي للوقوف		الوحدة الثانية مسك الكرة باليدين		الوحدة الثالثة الوضع الصحي للجري		الوحدة الثانية وظيفة صيدلية الإسعافات الأولية أثناء النشاط البدني		الوحدة الثالثة التهنية		الوحدة الرابعة درجة الكرة في جميع الاتجاهات من التيار		الوحدة الرابعة مد مفصل الكتف إلى أقصى مدى له		الوحدة الرابعة اللاتزان على الركبة والقدم		الوحدة الرابعة درجة الكرة مع المتحرك خلفها في جميع الاتجاهات	
إجازة		إجازة الخريف		الأسبوع الرابع عشر		الأسبوع الخامس عشر		الأسبوع السادس عشر		الأسبوع السابع عشر		إجازة		الأسبوع الثامن عشر		الأسبوع التاسع عشر		الأسبوع العشرون		الأسبوع الحادي والعشرون		الأسبوع الثاني والعشرون	
من ١٠/١٠ إلى ١٥/١٠ هـ		من ١٧/١٠ إلى ٢٢/١٠ هـ		من ٢٤/١٠ إلى ٢٩/١٠ هـ		من ٣١/١٠ إلى ٥/١١ هـ		من ٧/١١ إلى ١٢/١١ هـ		من ١٤/١١ إلى ١٩/١١ هـ		من ٢١/١١ إلى ٢٦/١١ هـ		من ٢٨/١١ إلى ٣/١٢ هـ		من ٥/١٢ إلى ١٠/١٢ هـ		من ١٢/١٢ إلى ١٧/١٢ هـ		من ١٩/١٢ إلى ٢٤/١٢ هـ		من ٢٦/١٢ إلى ٣١/١٢ هـ	
الوحدة الخامسة صعود السلم		الوحدة الخامسة مد وثني مفصل الفخذ للمدى الحركي الكامل.		الوحدة الخامسة الوقوف على قدم واحدة		الوحدة الخامسة استلام الكرة أو الأداة وتسليمها.		مراجعة عامة		الوحدة الخامسة مراجعة		الأسبوع الثالث عشر		الأسبوع الرابع عشر		الأسبوع الخامس عشر		الأسبوع السادس عشر		الأسبوع السابع عشر		الأسبوع الثامن عشر	
اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية	

مدير/ة المدرسة:

تم عمل التوزيع من قبل موقع حقيني

معلم/ة المادة: