

تم تحميل وعرض المادة من

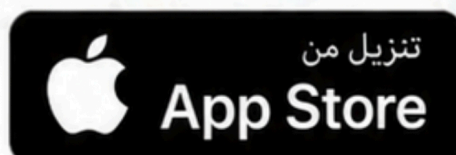
موقع كتيب



www.kottby.net

موقع كتيب 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: الثاني 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 ٢٦/٩ إلى ٣١/٩ هـ		من ٣/١٠ إلى ٨/١٠ هـ		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	
الوحدة الأولى عناصر اللياقة الحركية (الرشاقة، المرونة، الاتزان ، التوافق)		الوحدة الأولى التغير في معدل التنفس والتفسير المبسط له أثناء المجهود البدني		الوحدة الأولى ملابس الأجواء الباردة في أثناء ممارسة النشاط البدني		الوحدة الأولى أهمية الغذاء الصحي		الوحدة الأولى كيفية اختيار الغذاء الصحي		الوحدة الثانية الانزلاق الصحيح من الجري في خط مستقيم، خط متعرج، خط منحني		الوحدة الثانية سحب المقاومات بطريقة صحيحة وأمنة وفعالة		الوحدة الأولى إجازة اليوم الوطني (٢٣ سبتمبر)		الوحدة الثانية القوس المعكوس نصفا		الوحدة الرابعة القفز قفزات سليمة لتجاوز ارتفاعات مختلفة بطريقة صحيحة وأمنة باستخدام: الجسم كله، اليدين والرجلين		الوحدة الثانية تمرير الكرة بطريقة صحيحة باليدين		الوحدة الخامسة الرفع الصحيح للأثقال	
التهنية		الوحدة الأولى ملابس الأجواء الحارة في أثناء ممارسة النشاط البدني		أهمية الغذاء الصحي																			
من ٢٣/١١ إلى ٢٨/١١ هـ		من ٣٠/١١ إلى ٥/١٢ هـ		من ٧/١٢ إلى ١٢/١٢ هـ		من ١٤/١٢ إلى ١٩/١٢ هـ		من ٢١/١٢ إلى ٢٦/١٢ هـ		من ٢٨/١٢ إلى ٣١/١٢ هـ		من ٣/١ إلى ٨/١ هـ		من ١٠/١ إلى ١٥/١ هـ		من ١٧/١ إلى ٢٢/١ هـ		من ٢٩/١ إلى ٣/٢ هـ		من ٥/٢ إلى ١٠/٢ هـ		من ١٢/٢ إلى ١٧/٢ هـ	
الأسبوع الثالث عشر		الأسبوع الرابع عشر		الأسبوع الخامس عشر		الأسبوع السادس عشر		الأسبوع السابع عشر		الأسبوع الثامن عشر		الأسبوع التاسع عشر		الأسبوع العشرون		الأسبوع الحادي عشر		الأسبوع الثاني عشر		الأسبوع الثالث عشر		الأسبوع الرابع عشر	
من ١٩/١٢ إلى ٢٤/١٢ هـ		من ٢٦/١٢ إلى ٣١/١٢ هـ		من ٣/١ إلى ٨/١ هـ		من ١٠/١ إلى ١٥/١ هـ		من ١٧/١ إلى ٢٢/١ هـ		من ٢٩/١ إلى ٣/٢ هـ		من ٥/٢ إلى ١٠/٢ هـ		من ١٢/٢ إلى ١٧/٢ هـ		من ٢٩/٢ إلى ٣/٣ هـ		من ٥/٣ إلى ١٠/٣ هـ		من ١٢/٣ إلى ١٧/٣ هـ		من ٢٩/٣ إلى ٣/٤ هـ	
الوحدة الثانية تمرير الكرة بطريقة صحيحة باليدين		الوحدة الثانية الحجل بطريقة صحيحة إلى: الأمام، والخلف، والمتعرج		الوحدة الثالثة الدفع بطريقة صحيحة وأمنة وفعالة		الوحدة الثالثة الميزان الأمامي من الثبات		الوحدة الثالثة القفز قفزات سليمة لتجاوز ارتفاعات مختلفة بطريقة صحيحة وأمنة باستخدام: الجسم كله، اليدين والرجلين		الوحدة الرابعة القفز لتجاوز ارتفاعات مختلفة بطريقة صحيحة وأمنة		الوحدة الخامسة الرفع الصحيح للأثقال		الوحدة السادسة ركل الكرة المتحركة بالقدم		الوحدة السابعة مراجعة عامة		الوحدة الثامنة مراجعة		الوحدة التاسعة مراجعة		الوحدة العاشرة مراجعة	
إجازة		إجازة		إجازة		إجازة		إجازة		إجازة		إجازة		إجازة		إجازة		إجازة		إجازة		إجازة	
من ١٠/١ إلى ١٥/١ هـ		من ١٧/١ إلى ٢٢/١ هـ		من ٢٩/١ إلى ٣/٢ هـ		من ٥/٢ إلى ١٠/٢ هـ		من ١٢/٢ إلى ١٧/٢ هـ		من ٢٩/٢ إلى ٣/٣ هـ		من ٥/٣ إلى ١٠/٣ هـ		من ١٢/٣ إلى ١٧/٣ هـ		من ٢٩/٣ إلى ٣/٤ هـ		من ٥/٤ إلى ١٠/٤ هـ		من ١٢/٤ إلى ١٧/٤ هـ		من ٢٩/٤ إلى ٣/٥ هـ	
إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف		إجازة الخريف	
الأسبوع الثالث عشر		الأسبوع الرابع عشر		الأسبوع الخامس عشر		الأسبوع السادس عشر		الأسبوع السابع عشر		الأسبوع الثامن عشر		الأسبوع التاسع عشر		الأسبوع العشرون		الأسبوع الحادي عشر		الأسبوع الثاني عشر		الأسبوع الثالث عشر		الأسبوع الرابع عشر	
من ١٩/١٢ إلى ٢٤/١٢ هـ		من ٢٦/١٢ إلى ٣١/١٢ هـ		من ٣/١ إلى ٨/١ هـ		من ١٠/١ إلى ١٥/١ هـ		من ١٧/١ إلى ٢٢/١ هـ		من ٢٩/١ إلى ٣/٢ هـ		من ٥/٢ إلى ١٠/٢ هـ		من ١٢/٢ إلى ١٧/٢ هـ		من ٢٩/٢ إلى ٣/٣ هـ		من ٥/٣ إلى ١٠/٣ هـ		من ١٢/٣ إلى ١٧/٣ هـ		من ٢٩/٣ إلى ٣/٤ هـ	
اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية		اختبارات نهائية	

معلم/ة المادة: تم عمل التوزيع من قبل موقع حقيتي مديرة المدرسة: