

تم تحميل وعرض المادة من

منهجي

mnhaji.com



موقع منهجي منصة تعليمية توفر كل ما يحتاجه المعلم
والطالب من حلول الكتب الدراسية وشرح للدروس
بأسلوب مبسط لكافة المراحل التعليمية وتوازيح
المناهج وتحاضير وملخصات ونماذج اختبارات وأوراق
عمل جاهزة للطباعة والتحميل بشكل مجاني



الفصل الدراسي الثاني توزيع منهج المادة (التربية بدنية) للصف (السادس ابتدائي)

ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		إلى	من	
بداية الدراسة الفصل الدراسي الثاني يوم الأحد ١٤٤٤/٥/١٠هـ	أهمية الإحماء + أهمية التهدئة كيفية تجنب الإصابات أثناء النشاط البدني - القوة العضلية (السرعة)	الخميس ١٤٤٤/٥/١٤هـ	الأحد ١٤٤٤/٥/١٠هـ	١
	تمرير الكرة بالأصابع للأعلى وللخلف - تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين الخلفية للأعلى وللخلف	الخميس ١٤٤٤/٥/٢١هـ	الأحد ١٤٤٤/٥/١٧هـ	٢
	الإرسال المواجه من الأعلى القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة - القوة العضلية (القدرة العضلية)	الخميس ١٤٤٤/٥/٢٨هـ	الأحد ١٤٤٤/٥/٢٤هـ	٣
إجازة نهاية أسبوع مطولة				
إجازة نهاية أسبوع مطولة يوم الأحد ١٤٤٤/٥/٢٤هـ	مسكة المضرب الأسيوية (مسكة القلم) الإرسال بوجه المضرب الخلفي - الضربة الساحقة الخلفية	الخميس ١٤٤٤/٦/٥هـ	الأحد ١٤٤٤/٦/١هـ	٤
	الضربة الساحقة القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة - قوة عضلات البطن (الاتزان)	الخميس ١٤٤٤/٦/١٢هـ	الأحد ١٤٤٤/٦/٨هـ	٥
إجازة نهاية أسبوع مطولة يوم الأحد والاثنين ١٤٤٤/٦/٢٣-٢٢هـ	الدرجة الأمامية من المشي الدرجة الأمامية المكونة من الوقوف على الرأس - الوقوف على اليدين والثبات (٢ ث)	الخميس ١٤٤٤/٦/١٩هـ	الأحد ١٤٤٤/٦/١٥هـ	٦
	الشفلة الجانبية على اليدين (العجلة) - القفز داخلاً على المهر بالعرض	الخميس ١٤٤٤/٦/٢٦هـ	الأحد ١٤٤٤/٦/٢٢هـ	٧
إجازة نهاية أسبوع مطولة				
إجازة يوم التأسيس يوم الأربعاء و الخميس ١٤٤٤/٨/٣-٢هـ	السقطة الخلفية (أوشيرو - أوكيمي) من القرفصاء - السقطة الخلفية (أوشيرو - أوكيمي) من الحركة	الخميس ١٤٤٤/٧/٤هـ	الأحد ١٤٤٤/٦/٢٩هـ	٨
	السقطة الخلفية (أوشيرو - أوكيمي) من الحركة - السقطة الجانبية (يوكو - أوكيمي) من الرقود	الخميس ١٤٤٤/٧/١١هـ	الأحد ١٤٤٤/٧/٧هـ	٩
بداية إجازة الفصل الدراسي الثاني يوم نهاية الخميس ١٤٤٤/٨/١٠هـ	السقطة الجانبية (يوكو - أوكيمي) من القرفصاء - السقطة الجانبية (يوكو - أوكيمي) من الوقوف	الخميس ١٤٤٤/٧/١٨هـ	الأحد ١٤٤٤/٧/١٤هـ	١٠
	تطبيقات الأداء "جملة حركية - تعزيز نواتج التعلم	الخميس ١٤٤٤/٧/٢٥هـ	الأحد ١٤٤٤/٧/٢١هـ	١١
	مراجعة عامة	الخميس ١٤٤٤/٨/٣هـ	الأحد ١٤٤٤/٧/٢٨هـ	١٢
إجازة يوم التأسيس				
	الاختبارات نهائية	الخميس ١٤٤٤/٨/١٠هـ	الأحد ١٤٤٤/٨/٦هـ	١٣
المشرفة المادة :-	مديرة المدرسة :-	المعلمة المادة :-		

الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٤ هـ

عدد الحصص	عنوان الدرس	الوحدة	التاريخ	الأسبوع
١	أهمية الإحماء أهمية التهيئة كيفية تجنب الإصابات أثناء النشاط البدني	الأولى (صحة ولياقة بدنية)	١٠ / ٥ / ١٤٤٤ هـ	الأول
١	القوة العضلية - السرعة			
١	تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأمام وللأعلى	الثالثة	١٧ / ٥ / ١٤٤٤ هـ	الثاني
١	تمرير الكرة بالأصابع للأمام وللأعلى			
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (نظام اللعب - حالات اللعب - لعب الكرة)	الطائرة (كرة الطائرة)	٢٥ / ٥ / ١٤٤٤ هـ	الثالث
١	القوة العضلية - القدرة العضلية	الأولى (صحة ولياقة بدنية)		
١	مسكة المضرب الأسيوية (مسكة القلم) الإرسال بوجه المضرب		١ / ٦ / ١٤٤٤ هـ	الرابع
١	الضربة الساحقة الخلفية	السابعة		
١	الضربة الساقطة القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (الإرسال - الرد - نظام اللعب)	الطائرة (كرة الطاولة)	٨ / ٦ / ١٤٤٤ هـ	الخامس
١	قوة عضلات البطن - الاتزان	الأولى (صحة ولياقة بدنية)		
١	الدرجة الأمامية من المشي		١٥ / ٦ / ١٤٤٤ هـ	السادس
١	الدرجة الأمامية المكورة من الوقوف على الرأس	العاشر		
١	الوقوف على اليدين والثبات (٢ ث - ثنائيتين) الشقلبية الجانبية على اليدين (العجلة) القفز داخلاً على طاولة القفز بالعرض	(الجيمباز الفني)	٢٤ / ٦ / ١٤٤٤ هـ	السابع
١	السقطلة الأمامية في الجودو (ماي - أوكيمي) من الجثو والوقوف		٢٩ / ٧ / ١٤٤٤ هـ	الثامن
١	السقطلة الأمامية الدائرية (ماي - مواري - أوكيمي) من الجثو والقرصاء			
١	السقطلة الأمامية الدائرية (ماي - مواري - أوكيمي) من الوقوف		٧ / ٧ / ١٤٤٤ هـ	التاسع
١	السقطلة الأمامية الدائرية (ماي - مواري - أوكيمي) من الحركة	الجودو		
٢	طرق المسك (كومي - كاتا)		١٤ / ٧ / ١٤٤٤ هـ	العاشر
٢	تعليقات الأداء - جملة حركية		٢١ / ٧ / ١٤٤٤ هـ	الحادي عشر
٢	القياسات البعدية لعناصر اللياقة البدنية المستهدفة		٢٨ / ٨ / ١٤٤٤ هـ	الثاني عشر
-----	اختبارات نهائية		٦ / ٨ / ١٤٤٤ هـ	الثالث عشر

• عنصر اللياقة البدنية سيقدم خلال حصة مستقلة وسيعزز في الوحدة التعليمية التالية المقر بها في دليل المعلم/المعلمة.