

تم تحميل وعرض العادة من



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

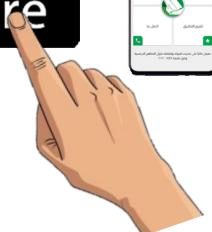
حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد



EXPLORE IT ON
AppGallery

GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store



توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

-	عدد الحصص في الأسبوع	التربيـة البدنية	المادة :	الصف :	الابتدائية (عام)	المرحلة :
موضوعات المحتوى (١)						الأسبوع
التعرق						الأسبوع الأول من ١٤٤٥/٢/٤ إلى ١٤٤٥/٢/٨
الرشاقة						
الوقوف الصحيح						
المشي الصحيح						الأسبوع الثاني من ١٤٤٥/٢/١١ إلى ١٤٤٥/٢/١٥
مسك الكرة باليدين بطريقة صحيحة						
مسك الكرة باليدين بطريقة صحيحة						الأسبوع الثالث من ١٤٤٥/٢/١٨ إلى ١٤٤٥/٢/٢٢
الوعي بأجزاء الجسم من الحركة						
المرونة						
الجلوس الصحيح						الأسبوع الرابع من ١٤٤٥/٢/٢٥ إلى ١٤٤٥/٢/٢٩
الجري الصحيح						
الاتزان المنخفض على الركبة والساقي والقدم						الأسبوع الخامس من ١٤٤٥/٣/٢ إلى ١٤٤٥/٣/٦
دحرجة الكرة باليدين من الثبات والحركة						
إجازة اليوم الوطني يوم الاحد ١٤٤٥/٣/٩						الأسبوع السادس من ١٤٤٥/٣/٩ إلى ١٤٤٥/٣/١٣
دحرجة الكرة باليدين من الثبات والحركة						
مسارات الحركة						
الاتزان						

توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

-	عدد الحصص في الأسبوع	المادة :	الصف :	المرحلة :
		الابتدائية (عام)		
	موضوعات المحتوى (٢)			الأسبوع
	الوثب الصحيح في المكان			الأسبوع السابع من ١٤٤٥/٣/١٦ إلى ١٤٤٥/٣/٢٠
	مد مفصل الكتف إلى أقصى مدى له			
	الاتزان على الركبة والقدم			
	دحرجة الكرة بيد واحدة من الثبات في جميع الاتجاهات			الأسبوع الثامن من ١٤٤٥/٣/٢٣ إلى ١٤٤٥/٣/٢٧
	الوعي بالقوة اللازمة لنقل الجسم أو جزء منه			
	مدخل في رياضة التايكوندو وقفه الانتباه (موا - سوجي) غلق قبضة اليد			الأسبوع التاسع من ١٤٤٥/٣/٣٠ إلى ١٤٤٥/٤/٤
	الوقفة المتوازية (نارينهي - سوجي) - الاستعداد (جونبي - سوجي)			
	اللكرة الأمامية المستقيمة من الثبات (أولجل - جيروجي)			الأسبوع العاشر من ١٤٤٥/٤/٧ إلى ١٤٤٥/٤/١١
	اللكرة الأمامية المستقيمة من الثبات (مومتونج - جيروجي)			الأسبوع الحادي عشر من ١٤٤٥/٤/١٤ إلى ١٤٤٥/٤/١٨
	إجازة نهاية أسبوع مطولة يوم الخميس ١٤٤٥/٤/١٨ هـ			
	مراجعة عامة			الأسبوع الثاني عشر من ١٤٤٥/٤/٢١ إلى ١٤٤٥/٤/٢٥



توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

-	عدد الحصص في الأسبوع	التربيـة البدنية	المادة :	الصف :	الابتدائية (عام)	المرحلة :
موضوعات المحتوى (٣)						الأسبوع
الاختبارات نهـاية						الأسبوع الثالث عشر من ١٤٤٥/٤/٢٨ إلى ١٤٤٥/٥/٢
المشرف/ة المادة :-		مدير/ة المدرسة :-		المعلم/ة المادة :-		