

تم تحميل وعرض المادة من

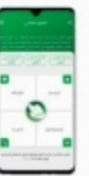
منهجي

mnhaji.com



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

حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد





عدد الحصص	عنوان الدرس	الوحدة	التاريخ	الأسبوع
١	مكونات الوحدة التدريبية	الأولى	١٢ / ٥ - ١٦ / ٥ ١٤٤٥ هـ	الأول
١	القوة العضلية - السرعة	(صحة ولياقة بدنية)		
١	الاستقبال بساعد اليد الداخلي من الجانب	الثالثة	١٩ / ٥ - ٢٣ / ٥ ١٤٤٥ هـ	الثاني
١	الإرسال من الأعلى مواجه	(كرة الطائرة)		
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (التوقفات - الإرسال)		٢٦ / ٥ - ١ / ٦ ١٤٤٥ هـ	الثالث
١	تقويم نواتج التعلم في وحدة كرة الطائرة وتعزيزها			
١	القوة العضلية - السرعة	الأولى	٥ / ٦ - ٨ / ٦ ١٤٤٥ هـ	الرابع
١	الإرسال بوجه المضرب	(صحة ولياقة بدنية)		
١	الضربة الرافعة الأمامية بوجه المضرب	السابعة	١١ / ٦ - ١٥ / ٦ ١٤٤٥ هـ	الخامس
١	الضربة الساحقة بوجه المضرب	كرة الطاولة		
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (الشوط - المباراة)		١٨ / ٦ - ٢٢ / ٦ ١٤٤٥ هـ	السادس
١	تقويم نواتج التعلم في وحدة كرة الطاولة وتعزيزها			
١	قوة عضلات البطن - السرعة	الأولى	٢ / ٧ - ٦ / ٧ ١٤٤٥ هـ	السابع
١	الارتكاز الخلفي	(صحة ولياقة بدنية)		
١	التمريرة الخطافية	الرابعة	٩ / ٧ - ١٣ / ٧ ١٤٤٥ هـ	الثامن
١	التصويب من الوثب	(كرة السلة)		
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة تسجيل الهدف وقيمتها مادة - رمية الإدخال المادة		١٧ / ٧ - ٢٠ / ٧ ١٤٤٥ هـ	التاسع
١	تقويم نواتج التعلم في وحدة كرة السلة وتعزيزها			
١	الكاتا الأولى (هيان - شودان) الجزء الأول والثاني	الكاراتيه	٢٣ / ٧ - ٢٧ / ٧ ١٤٤٥ هـ	العاشر
١	الكاتا الأولى (هيان - شودان) الجزء الثالث			
١	الكاتا الأولى (هيان - شودان) الجزء الرابع		١ / ٨ - ٥ / ٨ ١٤٤٥ هـ	الحادي عشر
١	تطبيقات الأداء "جملة حركية"			
-----	اختبارات	-----	٨ / ٨ - ١١ / ٨ ١٤٤٥ هـ	الثاني عشر