

تم تحميل وعرض المادة من

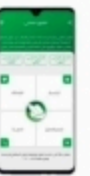
منهجي

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	التغير في معدل التنفس أثناء المجهود البدني والتفسير المبسط له	الأولى (صحة ولياقة بدنية)	١٢ / ٥ - ١٦ / ٥ ١٤٤٥ هـ	الأول
١	القوة العضلية - السرعة			
١	تمرير الكرة بالأصابع للأمام وللأعلى	الثالثة	١٩ / ٥ - ٢٣ / ٥ ١٤٤٥ هـ	الثاني
١	الإرسال المواجه من الأسفل القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (منطقة اللعب - شكل اللعب)	الثالثة (كرة الطائرة)		
١	تقويم نواتج التعلم في كرة الطائرة وتعزيزها			
١	القوة العضلية - السرعة	الأولى (صحة ولياقة بدنية)	٢٦ / ٥ - ١ / ٦ ١٤٤٥ هـ	الثالث
١	الضربة الراقعة الخلفية		٥ / ٦ - ٨ / ٦ ١٤٤٥ هـ	الرابع
١	الضربة الراقعة الأمامية	السابعة		
١	الضربة نصف الطائرة	(كرة الطاولة)		
١	الضربة الساحقة الأمامية القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (المضرب - تعريفات)		١١ / ٦ - ١٥ / ٦ ١٤٤٥ هـ	الخامس
١	تقويم الخبرات التعليمية في كرة الطاولة وتعزيزها			
١	قوة عضلات البطن والارتزان	الأولى (صحة ولياقة بدنية)	١٨ / ٦ - ٢٢ / ٦ ١٤٤٥ هـ	السادس
١	التمريرة المرتدة باليدين		٢ / ٧ - ٦ / ٧ ١٤٤٥ هـ	السابع
١	تنظيم الكرات العالية والمنخفضة	الرابعة		
١	التصويب من القفز	(كرة السلة)	٩ / ٧ - ١٣ / ٧ ١٤٤٥ هـ	الثامن
١	المحاورة مع تغيير سرعة الاتجاه - التوقف في عدة وعدتين القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (اللاعبون - وقت اللعب - بداية ونهاية المباراة)			
١	تقويم الخبرات التعليمية في وحدة السلة وتعزيزها		١٧ / ٧ - ٢٠ / ٧ ١٤٤٥ هـ	التاسع
١	الصد من أسفل إلى أعلى (أجي - أوكي)			
١	الصد من الخارج للداخل (سوتو - أوكي)	الكاراتيه	٢٣ / ٧ - ٢٧ / ٧ ١٤٤٥ هـ	العاشر
١	الصد من أعلى إلى أسفل (جيدان - براي)		١ / ٨ - ٥ / ٨ ١٤٤٥ هـ	الحادي عشر
١	تطبيقات الأداء "جملة حركية"			
-----	اختبارات	-----	٨ / ٨ - ١١ / ٨ ١٤٤٥ هـ	الثاني عشر