

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



توزيع مقر الصف الثاني الابتدائي

الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٦ هـ



التربية البدنية والدفاع عن النفس
Physical Education and Self-Defence



وزارة التعليم
Ministry of Education

الأسبوع	التاريخ	الوحدة	عنوان الدرس	عدد الحصص
الأول	١٥ / ٥ - ١٩ / ٥ ١٤٤٦ هـ	الأولى	القياسات القبلية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	٢
			ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر الرشاقة	١
الثاني	٢٢ / ٥ - ٢٦ / ٥ ١٤٤٦ هـ	الثانية	القفز لتجاوز ارتفاعات مختلفة بطريقة صحيحة وأمنة	١
			الرفع الصحيح للأثقال	٢
			ركل الكرة المتحركة بالقدم	١
الثالث	٢٩ / ٥ - ٤ / ٦ ١٤٤٦ هـ	الأولى	تقويم نواتج التعلم في الوحدة الثانية وتعزيزها	١
			ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر المرونة	١
الرابع	٧ / ٦ - ٩ / ٦ ١٤٤٦ هـ	الثالثة	الهبوط الصحيح على قدم واحدة	٢
			الدوران حول المحور العرضي للجسم	١
الخامس	١٤ / ٦ - ١٨ / ٦ ١٤٤٦ هـ	الثالثة	الدوران حول المحور العرضي للجسم	١
			التثبيث الصحيح للكرة بالقدم	٢
السادس	٢١ / ٦ - ٢٥ / ٦ ١٤٤٦ هـ	الأولى	تقويم نواتج التعلم في الوحدة الثالثة وتعزيزها	١
			ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر التوافق	١
السابع	٢٨ / ٦ - ٢ / ٧ ١٤٤٦ هـ	الرابعة	الهبوط الصحيح والأمن باستخدام اليدين والرجلين	١
			الهبوط الصحيح والأمن باستخدام اليدين والرجلين	١
			حمل الأثقال بطريقة صحيحة	٢
الثامن	١٢ / ٧ - ١٦ / ٧ ١٤٤٦ هـ		تثبيث كرة القدم بطريقة صحيحة بأسفل القدم	٢
			تقويم نواتج التعلم في الوحدة الرابعة وتعزيزها	١
التاسع	١٩ / ٧ - ٢٣ / ٧ ١٤٤٦ هـ	الجودو (الوحدة الأولى)	التحركات الرئيسية في الجودو : التحرك للأمام	١
			التحركات الرئيسية في الجودو : التحرك للخلف	١
			التحركات الرئيسية في الجودو : التحرك الجانبي الأيمن	١
العاشر	٢٦ / ٧ - ٣٠ / ٧ ١٤٤٦ هـ	الجودو (الوحدة الثانية)	التحركات الرئيسية في الجودو : التحرك الجانبي الأيسر	١
			التحركات الدائرية في الجودو : التحرك الأمامي الدائري	١
			التحركات الدائرية في الجودو : التحرك الخلفي الدائري	١
			تطبيقات الأداء (جملة حركية)	١
الحادي عشر	٢ / ٨ - ٧ / ٨ ١٤٤٦ هـ	-----	ألعاب ومسابقات حركية	٢
الثاني عشر	١٠ / ٨ - ١٤ / ٨ ١٤٤٦ هـ	-----	القياسات البعدية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	٢
الثالث عشر	١٧ / ٨ - ٢١ / ٨ ١٤٤٦ هـ	-----	اختبارات	-----