

تم تحميل وعرض المادة من

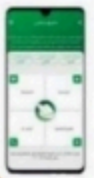
منهجي

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





الأسبوع	التاريخ	الوحدة	عنوان الدرس	عدد الحصص
الأول		الأولى (صحة ولياقة بدنية)	القياسات القلبية لعناصر اللياقة البدنية المستهدفة	٢
الثاني			أهم الإصابات الحرارية	١
			اللياقة القلبية التنفسية - القوة العضلية	١
الثالث		الأولى (كرة القدم)	رمية التماس	٢
الرابع			امتصاص الكرة بوجه القدم الخارجي	٢
الخامس			التصويب من الثبات	١
			رمية التماس مادة رقم (١٥)، خطأ من أخطاء وسوء السلوك : المادة (١٢)	١
			تقويم نواتج التعلم في وحدة كرة القدم وتعزيزها	١
السادس		الأولى (صحة ولياقة بدنية)	القوة العضلية - السرعة	١
السابع		السادسة (التنس)	الضربة الأمامية بوجه المضرب	٢
الثامن			المسكة الشرقية للمضرب	٢
التاسع			وقفة الاستعداد ضربة الإرسال قاعدة (٧) - خطأ القدم قاعدة (٨)	٢
			تقويم نواتج التعلم في وحدة التنس وتعزيزها	١
العاشر		الأولى (صحة ولياقة بدنية)	اللياقة القلبية التنفسية - السرعة	١
الحادي عشر		التاسعة (ألعاب القوى)	تسليم واستلم العصا في سباقات التتابع المواد القانونية الحديثة التي تحكم المسابقة	٢
الثاني عشر			دفع الجلة (الكرة الحديدية) المواد القانونية الحديثة التي تحكم المسابقة	٢
			تقويم نواتج التعلم في وحدة ألعاب القوى وتعزيزها	١
الثالث عشر		الأولى (صحة ولياقة بدنية)	اللياقة القلبية التنفسية - السرعة	١
الرابع عشر		(التايكوندو)	الوقوفات / وقفة المشي / "أب - سوجي"	١
			الوقوفات / وقفة الطعن الأمامية	١
			المهارات الهجومية من الحركة / (الكلمة الأمامية المستقيمة) / "أولجل - جيروجي" / "مومتوتنج - جيروجي"	١
			المهارات الهجومية من الحركة (الركلة الأمامية) / "أب - تشاجي"	١
السادس عشر			تطبيقات الأداء "جملة حركية" (تعزيز نواتج التعلم	٢
السابع عشر		الأولى (صحة ولياقة بدنية)	القياسات البعيدة لعناصر اللياقة البدنية المستهدفة	٢
الثامن عشر		اختبارات	اختبارات	-----