

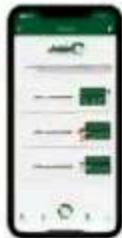
تم تحميل وعرض المادة من

موقع منهجي

mnhaji.com



حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد



EXPLORE IT ON
AppGallery

GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store



توزيع المنهج للفصل الدراسي الثاني - للعام 1447هـ

توزيع منهج مادة اللياقة والثقافة الصحية										الصف: الثاني الثانوي				
الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٧هـ			الأسبوع الرابع			الأسبوع الثالث			الأسبوع الثاني			الأسبوع الأول		
اليوم	تاريخ	التاريخ	اليوم	تاريخ	التاريخ	اليوم	تاريخ	التاريخ	اليوم	تاريخ	التاريخ	اليوم	تاريخ	
الأحد	٧/٢٩	٨/٢٠	نط الحياة الصحية	٨/١٣	٨/١٣	محددات الصحة	٨/٠٦	٨/٠٦	تمهيد اللياقة والثقافة الصحية	٧/٢٩	٨/٢٠	تمهيد اللياقة والثقافة الصحية	٧/٢٩	
الاثنين	٧/٣٠	٨/٢١	نط الحياة الصحية	٨/١٤	٨/١٤	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/٠٧	٨/٠٧	دخل الصحة والعافية	٧/٣٠	٨/٠١	دخل الصحة والعافية	٧/٣٠	
الثلاثاء	٨/٠١	٨/٢٢	نط الحياة الصحية	٨/١٥	٨/١٥	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/٠٨	٨/٠٨	٨/٠٨	٨/٠١	٨/٠٢	٨/٠٢	الثلاثاء	
الأربعاء	٨/٠٢	٨/٢٣	مقدمة المعلومات الصحية	٨/١٦	٨/١٦	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/٠٩	٨/٠٩	٨/٠٩	٨/٠١	٨/٠٣	٨/٠٣	الأربعاء	
الخميس	٨/٠٣	٨/٢٤	مقدمة المعلومات الصحية	٨/١٧	٨/١٧	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/١٠	٨/١٠	٨/١٠	٨/١٠	٨/٢٧	٨/٢٧	الخميس	
الجمعة	٩/٠٥	٩/١٢	إجازة يوم التأسيس	٩/٠٥	٩/٠٥	٩/٠٥	٩/٠٦	٩/٠٦	٩/٠٦	٩/٠٦	٩/٠٦	٩/٠٦	الجمعة	
السبت	٩/١٣	٩/١٣	فوائد النشاط البدني الصحية	٩/٠٦	٩/٠٦	٩/٠٦	٩/٠٧	٩/٠٧	٩/٠٧	٩/٠٧	٩/٠٧	٩/٠٧	السبت	
الإثنين	٩/٠٧	٩/١٤	محفزات ومؤعقات لممارسة النشاط البدني	٩/٠٧	٩/٠٧	٩/٠٧	٩/٠٨	٩/٠٨	٩/٠٨	٩/٠٨	٩/٠٨	٩/٠٨	الإثنين	
الثلاثاء	٩/٠٨	٩/١٥	التقنيات في النشاط البدني والرياضي	٩/٠٩	٩/٠٩	٩/٠٩	٩/٠٩	٩/٠٩	٩/٠٩	٩/٠٩	٩/٠٩	٩/٠٩	الثلاثاء	
الأربعاء	٩/٠١	٩/١٦	هرم النشاط البدني	٩/٠١	٩/٠١	٩/٠١	٩/٠١	٩/٠١	٩/٠١	٩/٠١	٩/٠١	٩/٠١	الأربعاء	
الخميس	٩/٠٢	٩/١٧	قياس اللياقة البدنية	٩/١٧	٩/١٧	٩/١٧	٩/١٨	٩/١٨	٩/١٨	٩/١٨	٩/١٨	٩/١٨	الخميس	
الجمعة	١٠/١٠	١٠/٢٤	قياس اللياقة البدنية	١٠/١٧	١٠/١٧	١٠/١٧	١٠/١٨	١٠/١٨	١٠/١٨	١٠/١٨	١٠/١٨	١٠/١٨	الجمعة	
السبت	١٠/١١	١٠/٢٥	برنامج اللياقة البدنية الشخصي	١٠/١٩	١٠/١٩	١٠/١٩	١٠/٢٠	١٠/٢٠	١٠/٢٠	١٠/٢٠	١٠/٢٠	١٠/٢٠	السبت	
الإثنين	١٠/١٢	١٠/٢٦	برنامج التدريب الرياضي للتحكم بالوزن	١٠/٢١	١٠/٢١	١٠/٢١	١٠/٢٢	١٠/٢٢	١٠/٢٢	١٠/٢٢	١٠/٢٢	١٠/٢٢	الإثنين	
الثلاثاء	١٠/١٣	١٠/٢٧	قياس اللياقة البدنية	١٠/٢٤	١٠/٢٤	١٠/٢٤	١٠/٢٥	١٠/٢٥	١٠/٢٥	١٠/٢٥	١٠/٢٥	١٠/٢٥	الثلاثاء	
الأربعاء	١٠/١٤	١٠/٢٨	السلامة المرورية	١٠/٢١	١٠/٢١	١٠/٢١	١٠/٢٢	١٠/٢٢	١٠/٢٢	١٠/٢٢	١٠/٢٢	١٠/٢٢	الأربعاء	
الخميس	١٠/١٥	١٠/٢٩	إجازة عيد الأضحى	١١/٠٩	١١/٠٩	١١/٠٩	١١/١٠	١١/١٠	١١/١٠	١١/١٠	١١/١٠	١١/١٠	الخميس	
الجمعة	١١/١١	١١/١٧	١١/١٧	١١/١٧	١١/١٧	١١/١٧	١١/١٨	١١/١٨	١١/١٨	١١/١٨	١١/١٨	١١/١٨	الجمعة	
السبت	١١/١٢	١١/١٨	١١/١٨	١١/١٨	١١/١٨	١١/١٨	١١/١٩	١١/١٩	١١/١٩	١١/١٩	١١/١٩	١١/١٩	السبت	
الإثنين	١١/١٣	١١/٢٠	السلامة المرورية	١١/١٢	١١/١٢	١١/١٢	١١/١٣	١١/١٣	١١/١٣	١١/١٣	١١/١٣	١١/١٣	الإثنين	
الثلاثاء	١١/١٤	١١/٢١	إجازة عيد الأضحى	١١/١٣	١١/١٣	١١/١٣	١١/١٤	١١/١٤	١١/١٤	١١/١٤	١١/١٤	١١/١٤	الثلاثاء	
الأربعاء	١١/١٥	١١/٢٢	١١/٢٢	١١/٢٢	١١/٢٢	١١/٢٢	١١/٢٣	١١/٢٣	١١/٢٣	١١/٢٣	١١/٢٣	١١/٢٣	الأربعاء	
الخميس	١١/١٦	١١/٢٣	١١/٢٣	١١/٢٣	١١/٢٣	١١/٢٣	١١/٢٤	١١/٢٤	١١/٢٤	١١/٢٤	١١/٢٤	١١/٢٤	الخميس	
الجمعة	١٢/٠٩	١٢/٢١	١٢/٢١	١٢/٢١	١٢/٢١	١٢/٢١	١٢/٢٢	١٢/٢٢	١٢/٢٢	١٢/٢٢	١٢/٢٢	١٢/٢٢	الجمعة	
السبت	١٢/١٠	١٢/٢٢	١٢/٢٢	١٢/٢٢	١٢/٢٢	١٢/٢٢	١٢/٢٣	١٢/٢٣	١٢/٢٣	١٢/٢٣	١٢/٢٣	١٢/٢٣	السبت	
الإثنين	١٢/١١	١٢/٢٣	١٢/٢٣	١٢/٢٣	١٢/٢٣	١٢/٢٣	١٢/٢٤	١٢/٢٤	١٢/٢٤	١٢/٢٤	١٢/٢٤	١٢/٢٤	الإثنين	
الثلاثاء	١٢/١٢	١٢/٢٤	١٢/٢٤	١٢/٢٤	١٢/٢٤	١٢/٢٤	١٢/٢٥	١٢/٢٥	١٢/٢٥	١٢/٢٥	١٢/٢٥	١٢/٢٥	الثلاثاء	
الأربعاء	١٢/١٣	١٢/٢٥	١٢/٢٥	١٢/٢٥	١٢/٢٥	١٢/٢٥	١٢/٢٦	١٢/٢٦	١٢/٢٦	١٢/٢٦	١٢/٢٦	١٢/٢٦	الأربعاء	
الخميس	١٢/١٤	١٢/٢٦	١٢/٢٦	١٢/٢٦	١٢/٢٦	١٢/٢٦	١٢/٢٧	١٢/٢٧	١٢/٢٧	١٢/٢٧	١٢/٢٧	١٢/٢٧	الخميس	
الجمعة	١٣/٠١	١٣/٢٧	١٣/٢٧	١٣/٢٧	١٣/٢٧	١٣/٢٧	١٣/٢٨	١٣/٢٨	١٣/٢٨	١٣/٢٨	١٣/٢٨	١٣/٢٨	الجمعة	
السبت	١٣/٠٢	١٣/٢٨	١٣/٢٨	١٣/٢٨	١٣/٢٨	١٣/٢٨	١٣/٢٩	١٣/٢٩	١٣/٢٩	١٣/٢٩	١٣/٢٩	١٣/٢٩	السبت	
الإثنين	١٣/٠٣	١٣/٢٩	١٣/٢٩	١٣/٢٩	١٣/٢٩	١٣/٢٩	١٣/٣٠	١٣/٣٠	١٣/٣٠	١٣/٣٠	١٣/٣٠	١٣/٣٠	الإثنين	
الثلاثاء	١٣/٠٤	١٣/٣٠	١٣/٣٠	١٣/٣٠	١٣/٣٠	١٣/٣٠	١٣/٣١	١٣/٣١	١٣/٣١	١٣/٣١	١٣/٣١	١٣/٣١	الثلاثاء	
الأربعاء	١٣/٠٥	١٣/٣١	١٣/٣١	١٣/٣١	١٣/٣١	١٣/٣١	١٣/٣٢	١٣/٣٢	١٣/٣٢	١٣/٣٢	١٣/٣٢	١٣/٣٢	الأربعاء	
الخميس	١٣/٠٦	١٣/٣٢	١٣/٣٢	١٣/٣٢	١٣/٣٢	١٣/٣٢	١٣/٣٣	١٣/٣٣	١٣/٣٣	١٣/٣٣	١٣/٣٣	١٣/٣٣	الخميس	
الجمعة	١٣/٠٧	١٣/٣٣	١٣/٣٣	١٣/٣٣	١٣/٣٣	١٣/٣٣	١٣/٣٤	١٣/٣٤	١٣/٣٤	١٣/٣٤	١٣/٣٤	١٣/٣٤	الجمعة	
السبت	١٣/٠٨	١٣/٣٤	١٣/٣٤	١٣/٣٤	١٣/٣٤	١٣/٣٤	١٣/٣٥	١٣/٣٥	١٣/٣٥	١٣/٣٥	١٣/٣٥	١٣/٣٥	السبت	
الإثنين	١٣/٠٩	١٣/٣٥	١٣/٣٥	١٣/٣٥	١٣/٣٥	١٣/٣٥	١٣/٣٦	١٣/٣٦	١٣/٣٦	١٣/٣٦	١٣/٣٦	١٣/٣٦	الإثنين	
الثلاثاء	١٣/١٠	١٣/٣٦	١٣/٣٦	١٣/٣٦	١٣/٣٦	١٣/٣٦	١٣/٣٧	١٣/٣٧	١٣/٣٧	١٣/٣٧	١٣/٣٧	١٣/٣٧	الثلاثاء	
الأربعاء	١٣/١١	١٣/٣٧	١٣/٣٧	١٣/٣٧	١٣/٣٧	١٣/٣٧	١٣/٣٨	١٣/٣٨	١٣/٣٨	١٣/٣٨	١٣/٣٨	١٣/٣٨	الأربعاء	
الخميس	١٣/١٢	١٣/٣٨	١٣/٣٨	١٣/٣٨	١٣/٣٨	١٣/٣٨	١٣/٣٩	١٣/٣٩	١٣/٣٩	١٣/٣٩	١٣/٣٩	١٣/٣٩	الخميس	
الجمعة	١٣/١٣	١٣/٣٩	١٣/٣٩	١٣/٣٩	١٣/٣٩	١٣/٣٩	١٣/٤٠	١٣/٤٠	١٣/٤٠	١٣/٤٠	١٣/٤٠	١٣/٤٠	الجمعة	
السبت	١٣/١٤	١٣/٤٠	١٣/٤٠	١٣/٤٠	١٣/٤٠	١٣/٤٠	١٣/٤١	١٣/٤١	١٣/٤١	١٣/٤١	١٣/٤١	١٣/٤١	السبت	
الإثنين	١٣/١٥	١٣/٤١	١٣/٤١	١٣/٤١	١٣/٤١	١٣/٤١	١٣/٤٢	١٣/٤٢	١٣/٤٢	١٣/٤٢	١٣/٤٢	١٣/٤٢	الإثنين	
الثلاثاء	١٣/١٦	١٣/٤٢	١٣/٤٢	١٣/٤٢	١٣/٤٢	١٣/٤٢	١٣/٤٣	١٣/٤٣	١٣/٤٣	١٣/٤٣	١٣/٤٣	١٣/٤٣	الثلاثاء	
الأربعاء	١٣/١٧	١٣/٤٣	١٣/٤٣	١٣/٤٣	١٣/٤٣	١٣/٤٣	١٣/٤٤	١٣/٤٤	١٣/٤٤	١٣/٤٤	١٣/٤٤	١٣/٤٤	الأربعاء	
الخميس	١٣/١٨	١٣/٤٤	١٣/٤٤	١٣/٤٤	١٣/٤٤	١٣/٤٤	١٣/٤٥	١٣/٤٥	١٣/٤٥	١٣/٤٥	١٣/٤٥	١٣/٤٥	الخميس	
الجمعة	١٣/١٩	١٣/٤٥	١٣/٤٥	١٣/٤٥	١٣/٤٥	١٣/٤٥	١٣/٤٦	١٣/٤٦	١٣/٤٦	١٣/٤٦	١٣/٤٦	١٣/٤٦	الجمعة	
السبت	١٣/٢٠	١٣/٤٦	١٣/٤٦	١٣/٤٦	١٣/٤٦	١٣/٤٦	١٣/٤٧	١٣/٤٧	١٣/٤٧	١٣/٤٧	١٣/٤٧	١٣/٤٧	السبت	
الإثنين	١٣/٢١	١٣/٤٧	١٣/٤٧	١٣/٤٧	١٣/٤٧	١٣/٤٧	١٣/٤٨	١٣/٤٨	١٣/٤٨	١٣/٤٨	١٣/٤٨	١٣/٤٨	الإثنين	
الثلاثاء	١٣/٢٢	١٣/٤٨	١٣/٤٨	١٣/٤٨	١٣/٤٨	١٣/٤٨	١٣/٤٩	١٣/٤٩	١٣/٤٩	١٣/٤٩	١٣/٤٩	١٣/٤٩	الثلاثاء	
الأربعاء	١٣/٢٣	١٣/٤٩	١٣/٤٩	١٣/٤٩	١٣/٤٩	١٣/٤٩	١٣/٥٠	١٣/٥٠	١٣/٥٠	١٣/٥٠	١٣/٥٠	١٣/٥٠	الأربعاء	
الخميس	١٣/٢٤	١٣/٥٠	١٣/٥٠	١٣/٥٠	١٣/٥٠	١٣/٥٠	١٣/٥١	١٣/٥١	١٣/٥١	١٣/٥١	١٣/٥١	١٣/٥١	الخميس	
الجمعة	١٣/٢٥	١٣/٥١	١٣/٥١	١٣/٥١	١٣/٥١	١٣/٥١	١٣/٥٢	١٣/٥٢	١٣/٥٢	١٣/٥٢	١٣/٥٢	١٣/٥٢	الجمعة	
السبت	١٣/٢٦	١٣/٥٢	١٣/٥٢	١٣/٥٢	١٣/٥٢	١٣/٥٢	١٣/٥٣	١٣/٥٣	١٣/٥٣	١٣/٥٣	١٣/٥٣	١٣/٥٣	السبت	
الإثنين	١٣/٢٧	١٣/٥٣	١٣/٥٣	١٣/٥٣	١٣/٥٣	١٣/٥٣	١٣/٥٤	١٣/٥٤	١٣/٥٤	١٣/٥٤	١٣/٥٤	١٣/٥٤	الإثنين	
الثلاثاء	١٣/٢٨	١٣/٥٤	١٣/٥٤	١٣/٥٤	١٣/٥٤	١٣/٥٤	١٣/٥٥	١٣						

توزيع المنهج للفصل الدراسي الثاني - للعام 1447هـ

توزيع منهج منطقة مكة والمدينة وجدة والطائف							الصف: الثاني الثانوي							
الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٧هـ			الأسبوع الرابع			الأسبوع الثاني			الأسبوع الأول			اليوم		
مراجعة خاتمية للفصل الأول	٨/٢٠	الأسبوع الثالث	٨/١٣	الأسبوع الثاني	٨/٠٦	٨/٠٦	٨/٠٦	٨/٠٦	٨/٠٦	٨/٠٦	٨/٠٦	٧/٢٩	تمهيد اللياقة والثقافة الصحية	
مدخل إلى الخمول البدني	٨/٢١	نمط الحياة الصحية	٨/١٤	محددات الصحة	٨/٠٧	٨/٠٧	٨/٠٧	٨/٠٧	٨/٠٧	٨/٠٧	٨/٠٧	٧/٣٠	مدخل الصحة والعافية	
ال الخمول البدني والأمراض المزمنة	٨/٢٢	نمط الحياة الصحية	٨/١٥	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/٠٨	٨/٠٨	٨/٠٨	٨/٠٨	٨/٠٨	٨/٠٨	٨/٠٨	٨/٠١	مدخل الصحة والعافية	
٨/٢٣	٨/٢٤	مقدمة المعلومات الصحية	٨/١٦	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/٠٩	٨/٠٩	٨/٠٩	٨/٠٩	٨/٠٩	٨/٠٩	٨/٠٩	٨/٠٢	مدخل الصحة والعافية	
٨/٢٤			٨/١٧			٨/١٠			٨/١٠			٨/٠٣	الخميس	
ال يوم			الأسبوع الخامس			الأسبوع السادس			الأسبوع الخامس			اليوم		
الأحد			ال الخمول البدني والأمراض المزمنة			إجازة يوم التأسيس			ال الخمول البدني والأمراض المزمنة			ال يوم		
الاثنين			فوانيد النشاط البدني الصحية			فوانيد النشاط البدني الصحية			أنواع ومستويات النشاط البدني			الاثنين		
الثلاثاء			محفزات ومحفزات لمارس النشاط البدني			ال تقنيات في النشاط البدني والرياضي			هرم النشاط البدني			الثلاثاء		
الأربعاء			٩/٠١			٩/٠٢			٩/٠٢			الخميس		
الخميس			٩/٠٣			٩/٠٤			٩/٠٥			ال يوم		
ال يوم			٩/٠٦			٩/٠٧			٩/٠٨			ال الأحد		
ال الأحد			٩/٠٩			٩/١٠			٩/١١			ال الاثنين		
ال الاثنين			٩/١١			٩/١٢			٩/١٣			ال الثلاثاء		
ال الثلاثاء			٩/١٢			٩/١٤			٩/١٥			ال الأربعاء		
ال الأربعاء			٩/١٣			٩/١٦			٩/١٧			ال الخميس		
ال الخميس			٩/١٤			٩/١٨			٩/١٩			ال يوم		
ال يوم			٩/١٥			٩/٢٠			٩/٢١			ال الأحد		
ال الأحد			٩/١٦			٩/٢٢			٩/٢٣			ال الاثنين		
ال الاثنين			٩/١٧			٩/٢٤			٩/٢٤			ال الثلاثاء		
ال الثلاثاء			٩/١٨			٩/٢٥			٩/٢٥			ال الأربعاء		
ال الأربعاء			٩/١٩			٩/٢٦			٩/٢٦			ال الخميس		
ال الخميس			٩/٢٠			٩/٢٧			٩/٢٧			ال يوم		
ال يوم			٩/٢١			٩/٢٨			٩/٢٨			ال الأحد		
ال الأحد			٩/٢٢			٩/٢٩			٩/٢٩			ال الاثنين		
ال الاثنين			٩/٢٣			٩/٣٠			٩/٣٠			ال الثلاثاء		
ال الثلاثاء			٩/٢٤			٩/٠١			٩/٠١			ال الأربعاء		
ال الأربعاء			٩/٢٥			٩/٠٢			٩/٠٢			ال الخميس		
ال الخميس			٩/٢٦			٩/٠٣			٩/٠٣			ال يوم		
ال يوم			٩/٢٧			٩/٢٧			٩/٢٧			ال الأحد		
ال الأحد			٩/٢٨			٩/٢٨			٩/٢٨			ال الاثنين		
ال الاثنين			٩/٢٩			٩/٢٩			٩/٢٩			ال الثلاثاء		
ال الثلاثاء			٩/٣٠			٩/٣٠			٩/٣٠			ال الأربعاء		
ال الأربعاء			٩/٠١			٩/٠١			٩/٠١			ال الخميس		
ال الخميس			٩/٠٢			٩/٠٢			٩/٠٢			ال يوم		
ال يوم			٩/٠٣			٩/٠٣			٩/٠٣			ال الأحد		
ال الأحد			٩/٠٤			٩/٠٤			٩/٠٤			ال الاثنين		
ال الاثنين			٩/٠٥			٩/٠٥			٩/٠٥			ال الثلاثاء		
ال الثلاثاء			٩/٠٦			٩/٠٦			٩/٠٦			ال الأربعاء		
ال الأربعاء			٩/٠٧			٩/٠٧			٩/٠٧			ال الخميس		
ال الخميس			٩/٠٨			٩/٠٨			٩/٠٨			ال يوم		
ال يوم			٩/٠٩			٩/٠٩			٩/٠٩			ال الأحد		
ال الأحد			٩/١٠			٩/١٠			٩/١٠			ال الاثنين		
ال الاثنين			٩/١١			٩/١١			٩/١١			ال الثلاثاء		
ال الثلاثاء			٩/١٢			٩/١٢			٩/١٢			ال الأربعاء		
ال الأربعاء			٩/١٣			٩/١٣			٩/١٣			ال الخميس		
ال الخميس			٩/١٤			٩/١٤			٩/١٤			ال يوم		
ال يوم			٩/١٥			٩/١٥			٩/١٥			ال الأحد		
ال الأحد			٩/١٦			٩/١٦			٩/١٦			ال الاثنين		
ال الاثنين			٩/١٧			٩/١٧			٩/١٧			ال الثلاثاء		
ال الثلاثاء			٩/١٨			٩/١٨			٩/١٨			ال الأربعاء		
ال الأربعاء			٩/١٩			٩/١٩			٩/١٩			ال الخميس		
ال الخميس			٩/٢٠			٩/٢٠			٩/٢٠			ال يوم		
ال يوم			٩/٢١			٩/٢١			٩/٢١			ال الأحد		
ال الأحد			٩/٢٢			٩/٢٢			٩/٢٢			ال الاثنين		
ال الاثنين			٩/٢٣			٩/٢٣			٩/٢٣			ال الثلاثاء		
ال الثلاثاء			٩/٢٤			٩/٢٤			٩/٢٤			ال الأربعاء		
ال الأربعاء			٩/٢٥			٩/٢٥			٩/٢٥			ال الخميس		