

تم تحميل وعرض المادة من

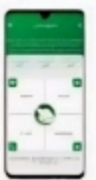
# منهجي

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 وتحاضير وملخصات ونماذج اختبارات وأوراق  
عمل جاهزة للطباعة والتحميل بشكل مجاني

حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد



# خطة مقترحة لمقرر الصف الأول الابتدائي الفترة الدراسية الثانية ١٤٤٧ - ١٤٤٨ هـ

عدد الحصص	عنوان الدرس	الوحدة	التاريخ	الأسبوع
٢	الانزلاق من الأمام للمشي	السابعة		الأول
١	المشي على خط مستقيم باتزان وانسيابية			الثاني
١	المشي على خط مستقيم باتزان وانسيابية			الثالث
٢	ركل الكرة وهي ثابتة	الثامنة		الرابع
٢	مراجعة مهارات الوحدة السابعة			الخامس
١	العدو في خط مستقيم			السادس
١	العدو في خط مستقيم	التاسعة		السابع
٢	اهتزاز بعض أجزاء الجسم			الثامن
٢	الجلوس بالاستناد المتزن على الحائط			التاسع
١	مراجعة مهارات الوحدة الثامنة	العاشر		العاشر
١	مراجعة مهارات الوحدة الثامنة			الحادي عشر
٢	مدخل في رياضة الجودو			الثاني عشر
٢	الوقفات الهجومية في الجودو	الحادية عشرة		الثالث عشر
١	الوقفات الدفاعية في الجودو			الرابع عشر
١	الوقفات الدفاعية في الجودو			الخامس عشر
١	التحركات الرئيسية في الجودو	الثانية عشرة		السادس عشر
٢	التحركات الدائرية في الجودو			السابع عشر
١	تعليم السقطات في الجودو			الثامن عشر
١	تعليم السقطات في الجودو	الثالثة عشرة		الثامن عشر
٢	العدو في خط منحني			التاسع عشر
٢	إيقاف الكرة بأي جزء من أجزاء الجسم			العاشرون
١	الوقوف على قاعدة ثابتة بقدم واحدة	الرابعة عشرة		العاشرون
١	الوقوف على قاعدة ثابتة بقدم واحدة			الحادي عشر
٢	مراجعة مهارات الوحدة التاسعة			الثاني عشر
٢	العدو في خط متعرج	الخامسة عشرة		الثالث عشر
١	الارتكاز على مشط القدم وتغيير الاتجاه			الرابع عشر
١	الارتكاز على مشط القدم وتغيير الاتجاه			الخامس عشر
٢	الجري بالكرة	السادسة عشرة		السادس عشر
٢	مراجعة مهارات الوحدة العاشرة			السابع عشر
١	مدخل في رياضة الكاراتيه			الثامن عشر
١	مدخل في رياضة الكاراتيه	السابعة عشرة		الثامن عشر
٢	المهارات الهجومية من الثبات ( اللكمات الأمامية المستقيمة )			التاسع عشر
٢	المهارات الهجومية من الثبات ( الركلة الأمامية - ماي جيري )			العاشرون
١	المهارات الدفاعية من الثبات ( الصد من أسفل إلى أعلى - أجي - أوكي )	الثامنة عشرة		الحادي عشر
١	المهارات الدفاعية من الثبات ( الصد من أسفل إلى أعلى - أجي - أوكي )			الثاني عشر
٢	المهارات الدفاعية من الثبات ( الصد من الداخل إلى الخارج - سوتو - أوكي )			الثالث عشر