

تم تحميل الملف

من موقع حلول مناهج مدرسية واكاديمية



موقع حلول مناهج مدرسية واكاديمية

WWW_HULULKTAAB_CO



للمزيد اكتب
في جوجل



موقع حلول مناهج مدرسية واكاديمية

موقع حلول مناهج مدرسية واكاديمية

كل ما يحتاج له الطلبة والمعلمين

من ملفات تعليمية , حلول مناهج وكتب دراسية , توزيع
المنهج , اختبارات مطولة , نماذج اختبارات جاهزة ,
ملخصات , أوراق عمل وغيرها الكثير والكثير...

إنضم الى صفحتنا
على الفيسبوك

حمل التطبيق

إنضم الى مجموعتنا
على التلجرام



توزيع مقرر الصف الأول الابتدائي

الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٥ هـ



التربية البدنية والدفاع عن النفس
Physical Education and Self-Defence



وزارة التعليم
Ministry of Education

عدد الحصص	عنوان الدرس	الوحدة	التاريخ	الأسبوع
١	حقيبة الإسعافات الأولية	الأولى	١٢ / ٥ - ١٦ / ٥ هـ ١٤٤٥	الأول
١	التوافق			
١	صعود السلم			
١	تحريك الرجل من مفصل الفخذ للمدى الحركي الكامل	الثانية	١٩ / ٥ - ٢٣ / ٥ هـ ١٤٤٥	الثاني
١	الوقوف على قدم واحدة			
١	تسليم الكرة وتسلمها			
١	تسليم الكرة وتسلمها إدراك ضرر المشاركة الخطرة على الزميل أثناء ممارسة النشاط البدني			
١	تقويم نواتج التعلم في الوحدة الثانية وتعزيزها	الأولى	٢٦ / ٥ - ١ / ٦ هـ ١٤٤٥	الثالث
١	الرشاقة			
١	الزحف الصحيح			
٢	اللف حول المحور الطولي للجسم	الثالثة	٥ / ٦ - ٨ / ٦ هـ ١٤٤٥	الرابع
١	الوقوف بالقدمين على قاعدة ثابتة			
١	لقف الكرة			
٢	التزان الجسم أثناء الثبات			
١	تقويم نواتج التعلم في الوحدة الثالثة وتعزيزها	الأولى	١٨ / ٦ - ٢٢ / ٦ هـ ١٤٤٥	السادس
١	المرونة			
١	الانزلاق الصحيح			
٢	المشي المتزن على خط مستقيم	الرابعة	٢ / ٧ - ٦ / ٧ هـ ١٤٤٥	السابع
١	ركل الكرة الثابتة			
٢	التزان الجسم أثناء الحركة الوعي بالقوة اللازمة لنقل الجسم أو جزء منه			
١	تقويم نواتج التعلم في الوحدة الرابعة وتعزيزها			
١	الزّي الرسمي لرياضة الجودو أداء التحية (ري)	الجودو	١٧ / ٧ - ٢٠ / ٧ هـ ١٤٤٥	التاسع
١	الوقففة الهجومية (اليمنى - اليسرى)			
١	الوقففة الهجومية (اليمنى - اليسرى)			
١	الوقففة الدفاعية (اليمنى - اليسرى)			
٣	ألعاب ومسابقات حركية	-----	١ / ٨ - ٥ / ٨ هـ ١٤٤٥	الحادي عشر
٣	اختبارات			
-----	اختبارات	-----	٨ / ٨ - ١١ / ٨ هـ ١٤٤٥	الثاني عشر