

شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج السعودية



توزيع حصص ودروس التربية البدنية

[موقع المناهج](#) ⇨ [المناهج السعودية](#) ⇨ [الصف الأول](#) ⇨ [التربية البدنية](#) ⇨ [الفصل الأول](#) ⇨ [الملف](#)

تاريخ نشر الملف على موقع المناهج: 05:21:47 2021-09-01

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الأول



المزيد من الملفات بحسب الصف الأول والمادة التربية البدنية في الفصل الأول

توزيع منهج التربية البدنية 1445 هـ	1
حقيبة أسئلة وأجوبة التربية البدنية والدفاع عن النفس	2
تحضير دروس التربية البدنية والدفاع عن النفس	3
سجل متابعة إنجاز واختبارات الطلاب	4
تحضير دروس وحصص التربية البدنية والدفاع عن النفس	5

توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الاول ابتدائي	المادة :	التربية البدنية	عدد الحصص في الأسبوع	-
الأسبوع	موضوعات المحتوى (١)						
الأسبوع الأول من ١٤٤٥/٢/٤ هـ إلى ١٤٤٥/٢/٨ هـ	التعرق						
	الرشاقة						
	الوقوف الصحيح						
الأسبوع الثاني من ١٤٤٥/٢/١١ هـ إلى ١٤٤٥/٢/١٥ هـ	المشي الصحيح						
	مسك الكرة باليدين بطريقة صحيحة						
	مسك الكرة باليدين بطريقة صحيحة						
الأسبوع الثالث من ١٤٤٥/٢/١٨ هـ إلى ١٤٤٥/٢/٢٢ هـ	الوعي بأجزاء الجسم من الحركة						
	المرونة						
	الجلوس الصحيح						
الأسبوع الرابع من ١٤٤٥/٢/٢٥ هـ إلى ١٤٤٥/٢/٢٩ هـ	الجري الصحيح						
	الاتزان المنخفض على الركبة والساق والقدم						
	درجة الكرة باليدين من الثبات والحركة						
الأسبوع الخامس من ١٤٤٥/٣/٢ هـ إلى ١٤٤٥/٣/٦ هـ	إجازة اليوم الوطني يوم الاحد ١٤٤٥/٣/٩ هـ						
	درجة الكرة باليدين من الثبات والحركة						
	مسارات الحركة						
	الاتزان						
الأسبوع السادس من ١٤٤٥/٣/٩ هـ إلى ١٤٤٥/٣/١٣ هـ							

توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الأول ابتدائي	المادة :	التربية البدنية	عدد الحصص في الأسبوع	-
الأسبوع	موضوعات المحتوى (٢)						
الأسبوع السابع من ١٦/٣/١٤٤٥ هـ إلى ٢٠/٣/١٤٤٥ هـ	الوثب الصحيح في المكان مد مفصل الكتف إلى أقصى مدى له الاتزان على الركبة والقدم						
الأسبوع الثامن من ٢٣/٣/١٤٤٥ هـ إلى ٢٧/٣/١٤٤٥ هـ	درجة الكرة بيد واحدة من الثبات في جميع الاتجاهات الوعي بالقوة اللازمة لنقل الجسم أو جزء منه						
الأسبوع التاسع من ٣٠/٣/١٤٤٥ هـ إلى ٤/٤/١٤٤٥ هـ	مدخل في رياضة التايكوندو وقفه الانتباه (موا - سوجي) غلق قبضة اليد الوقفة المتوازية (نارينهي - سوجي) - الاستعداد (جونبي - سوجي)						
الأسبوع العاشر من ٧/٤/١٤٤٥ هـ إلى ١١/٤/١٤٤٥ هـ	اللكمة الأمامية المستقيمة من الثبات (أولجل - جيروجي)						
الأسبوع الحادي عشر من ١٤/٤/١٤٤٥ هـ إلى ١٨/٤/١٤٤٥ هـ	اللكمة الأمامية المستقيمة من الثبات (مومتونج - جيروجي) إجازة نهاية أسبوع مطولة يوم الخميس ١٨/٤/١٤٤٥ هـ						
الأسبوع الثاني عشر من ٢١/٤/١٤٤٥ هـ إلى ٢٥/٤/١٤٤٥ هـ	مراجعة عامة						

توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الأول ابتدائي	المادة :	التربية البدنية	عدد الحصص في الأسبوع	-
الأسبوع	موضوعات المحتوى (٣)						
الأسبوع الثالث عشر من ١٤٤٥/٤/٢٨ هـ إلى ١٤٤٥/٥/٢ هـ	الاختبارات نهاية						
المعلم/ة المادة :-	مديرة/ة المدرسة :-		المشرف/ة المادة :-				