

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية



* للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

<https://www.almanahj.com/sa>

[2/sa/com.almanahj//:https](https://www.almanahj.com/sa/2)

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني اضغط هنا

* للحصول على جميع أوراق الصف الثاني في مادة التربية البدنية ولجميع الفصول, اضغط هنا

[https://almanahj.com/sa/2](https://www.almanahj.com/sa/2)

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني في مادة التربية البدنية الخاصة بـ اضغط هنا

<https://www.almanahj.com/sa/23>














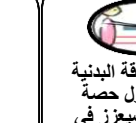




* لتحميل كتب جميع المواد في جميع الفصول للصف الثاني اضغط هنا

<https://www.almanahj.com/sa/grade2>

[sacourse/me.t//:https](https://www.almanahj.com/sa/course)

للحصول على جميع روابط الصفوف على تلغرام وفيسبوك من قنوات وصفحات: اضغط هنا

توزيع الحصص والدروس لمقرر التربية البدنية والدفاع عن النفس للفصل الدراسي الأول الصف الثاني ابتدائي ١٤٤٣ هـ .

| | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|---|---|---|---|--|---|---|---|--|
|  <p>تمرير الكرة باليدين من أسفل الحصة الثانية .</p> |  <p>تمرير الكرة باليدين من أسفل الحصة الأولى .</p> |  <p>الوقوف من جنوس تربيع والذراعان على الصدر الحصة الثانية.</p> | <p>الاسبوع</p> <p>٣</p> <p>من : ٢-٥ إلى ٢-٩ / ١٤٤٣ هـ</p> |  <p>الوقوف من جنوس تربيع والذراعان على الصدر الحصة الأولى.</p> |  <p>سحب المقاومات بطريقة آمنة وفعالة حصة واحدة .</p> |  <p>الانزلاق الصحيح من الجري الحصة الثانية .</p> | <p>الاسبوع</p> <p>٢</p> <p>من : ١-٢٨ إلى ٢-٢ / ١٤٤٣ هـ</p> |  <p>الانزلاق الصحيح من الجري الحصة الأولى .</p> |  <p>الرشاقة حصة واحدة.</p> |  <p>التغير في معدل التنفس والتفسير المبسط له أثناء المجهود البدني حصة واحدة.</p> | <p>الاسبوع</p> <p>١</p> <p>من : ٥-٢١ إلى ٥-٢٥ / ١٤٤٣ هـ</p> |
|  <p>القفز الصحيح الحصة الأولى.</p> |  <p>الاتزان حصة واحدة</p> |  <p>الوعي بتحركات الزملاء أثناء ممارسة النشاط البدني حصة واحدة.</p> | <p>الاسبوع</p> <p>٦</p> <p>من : ٢-٢٦ إلى ٢-٣١ / ١٤٤٣ هـ</p> |  <p>الميزان الامامي من الثبات حصة واحدة.</p> |  <p>الدفع الصحيح بطريقة فعالة وأمنة .</p> |  <p>الحجل الصحيح الحصة الثانية.</p> | <p>الاسبوع</p> <p>٥</p> <p>من : ٢-١٩ إلى ٢-٢٣ / ١٤٤٣ هـ</p> |  <p>الحجل الصحيح الحصة الأولى.</p> |  <p>المرونة حصة واحدة .</p> |  <p>الوعي بالبيئة المحيطة أثناء ممارسة النشاط البدني حصة واحدة.</p> | <p>الاسبوع</p> <p>٤</p> <p>من : ٢-١٢ إلى ٢-١٤ / ١٤٤٣ هـ</p> |
|  <p>الوقوفات (المتوازنة - المتوازنة) الحصة الثانية.</p> |  <p>الوقوفات (المتوازنة - المتوازنة) الحصة الأولى .</p> |  <p>تايكونديو وقفة الانتباه مع قبضة اليد حصة واحدة.</p> | <p>الاسبوع</p> <p>٩</p> <p>من : ٢-١٨ إلى ٢-٢٢ / ١٤٤٣ هـ</p> |  <p>استخدام الأدوات والاجهزة برفق اثنا ممارسة النشاط البدني حصة واحدة.</p> |  <p>تمرير الكرة بيد واحدة.</p> |  <p>الميزان الخلفي .</p> | <p>الاسبوع</p> <p>٨</p> <p>من : ٢-١٣ إلى ٢-١٥ / ١٤٤٣ هـ</p> |  <p>تقوس الجسم الحصة الثانية.</p> |  <p>تقوس الجسم الحصة الأولى.</p> |  <p>القفز الصحيح الحصة الثانية</p> | <p>الاسبوع</p> <p>٧</p> <p>من : ٢-٤ إلى ٢-٨ / ١٤٤٣ هـ</p> |
|  <p>وزارة التعليم</p> <p>يعتمد</p> <p>مدير/ة المدرسة</p> |  <p>عنصر اللياقة البدنية سيقدم خزل حصة مستقلة وسيعزز في الوحدة التعليمية المقرر بها في دليل المعلم/ة</p> <p># المرجع العلمي للنماذج في التوزيع دليل معلم ومعلمة المادة عدا بعض تصاميم خاصة بي</p> | <p>الاسبوع ١٢ و ١٣</p> <p>من ٩-٤ إلى ١٣-٤ ومن ١٦-٤ إلى ٢٠-٤</p> <p>مراجعة + اختبارات</p> | <p>الاسبوع</p> <p>١١</p> <p>من : ٤-٢ إلى ٤-٦ / ١٤٤٣ هـ</p> |  <p>الكلمات الامامية المستقيمة (اولجل جيروجي - الحصة السادسة.</p> |  <p>الكلمات الامامية المستقيمة (اولجل جيروجي - مومتونج (الحصة الخامسة.</p> |  <p>الكلمات الامامية المستقيمة (اولجل جيروجي - مومتونج (الحصة الرابعة.</p> | <p>الاسبوع</p> <p>١٠</p> <p>من : ٢-٢٥ إلى ٢-٢٨ / ١٤٤٣ هـ</p> |  <p>الكلمات الامامية المستقيمة (اولجل جيروجي - مومتونج (الحصة الثالثة.</p> |  <p>الكلمات الامامية المستقيمة (اولجل جيروجي - مومتونج (الحصة الثانية.</p> |  <p>الكلمات الامامية المستقيمة (اولجل جيروجي - مومتونج (الحصة الأولى.</p> | <p>الاسبوع</p> <p>١٠</p> <p>من : ٢-٢٥ إلى ٢-٢٨ / ١٤٤٣ هـ</p> |