

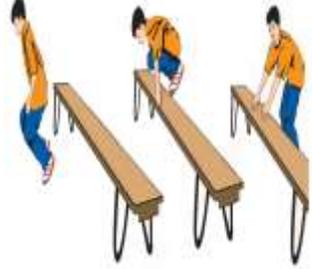
# منهج التربية البدنية المعززة لصحة الطالبات

## أنماط الحركات الانتقالية

العاب المطاردة



القفز



خطوة وحجلة



الانزلاق

الحجل الصحيح



الجري



المشي



## أنماط حركات المعالجة

المحاورة بالقدمين



ركل الكرة



لقف الكرة



الرمى



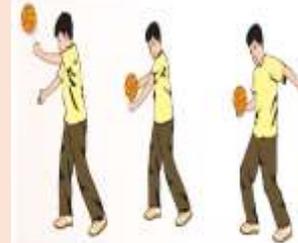
الوثب والهبوط



العاب الفرار



ضرب الكرة الطائرة



المحاورة باليدين



## مراجع توضح خطوات أداء المهارات المدرجة في المنهج

م	الخطوات الفنية لمهارة	المراجع	رقم الصفحة
١	المشي	دليل معلم التربية البدنية الصف الأول ابتدائي	٢٥
٢	الجري	دليل معلم التربية البدنية الصف الأول ابتدائي	٥٩
٣	الحجل	دليل معلم التربية البدنية الصف الثاني ابتدائي	٣٦
٤	خطوة وحجلة (الانزلاق)	دليل معلم التربية البدنية الصف الثاني ابتدائي	١٨
٥	القفز	دليل معلم التربية البدنية الصف الثاني ابتدائي	٥٤
٦	المطاردة	طريقة الجري وعنصر الرشاقة وسرعة رد الفعل	----
٧	الفرار	طريقة الجري وعنصر الرشاقة وسرعة رد الفعل	----
٨	الوثب والهبوط	دليل معلم التربية البدنية الصف الأول ابتدائي	١٠٣
٩	رمي الكرة	دليل الألعاب للاطفال الرمي واللقف	مفتوح بحث
١٠	اللقف	دليل معلم التربية البدنية الصف الأول ابتدائي	١٣٧
١١	الركل	دليل معلم التربية البدنية الصف الأول ابتدائي	١٤٤
١٢	المحاورة بالقدمين	المهارات الأساسية في كرة القدم	مفتوح بحث
١٣	المحاورة باليدين	المهارات الأساسية في كرة القدم	مفتوح بحث
١٤	ضرب الكرة الطائرة	دليل معلم التربية البدنية الصف الثاني ابتدائي	٨١

وفق الله الجميع