توزيع المحتوى الدراسي على الأسابيع في الفصل الدراسي الثاني لعام : ١٤٤٦هـ

للصف أول ابتدائي

الأسبوع	التاريخ	الوحدة	عنوان الدرس	تنمية عناصر اللياقة البدنية
الأول	من ١٥ /٥ إلى ١٤٤٦/٥/١٩هـ	القياس القبلي	القياسات القبلية لعناصر اللياقة البدنية	
الثاني	من ٥/٢٢ إلى ١٤٤٦/٥/٢٦هـ	الصحة واللياقة البدنية	ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر الرشاقة	
		الثانية	صعود السلم	
الثالث	من ٥/٢٩ إلى ١٤٤٦/٦/٤هـ	الثانية	يتبع (صعود السلم)	
		الثانية	مد وثني مفصل الفخذ للمدى الحركي الكامل	
الرابع	من ٦/٧ إلى ١٤٤٦/٦/٩هـ	الثانية	الوقوف على قدم واحدة	
		الصحة واللياقة البدنية	ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر المرونة	
الخامس	من ٦/١٤ إلى ١٤٤٦/٦/١٨هـ	الثانية	استلام الكرة أو الأداة وتسليمها	
		الثانية	تقويم نواتج التعلم للوحدة الثانية	
السادس	من ٦/٢١/ إلى ١٤٤٦/٦/٢٥هـ	الثالثة	الزحف على الأرض معتمد على الرجلين واليدين اللف حول المحور الطولي للجسم	
		الثالثة	الوقوف بالقدمين على قاعدة ثابتة	
السابع	من ٦/٢٨ إلى ١٤٤٦/٧/٢هـ	الصحة واللياقة البدنية	ألعاب ومسابقات حركية لتنمية عنصر التوافق	
		الثالثة	لقف الكرة تقويم نواتج التعلم للوحدة الثالثة	
الثامن	من ٧/١٢ إلى ١٤٤٦/٧/١٦هـ	الرابعة	الانزلاق للأمام من المشي	
		الرابعة	المشي على خط مستقيم ركل الكرة الثابتة	
التاسع	من ٧/١٩ إلى ١٤٤٦/٧/٢٣هـ	الرابعة	تقويم نواتج التعلم للوحدة الرابعة	
		الجودو	الزي الرسمي لرياضة الجودو أداء التحية (ري)	
العاشر	من ٧/٢٦ إلى ١٤٤٦/٧/٣٠هـ	الجودو	الوقفة الهجومية اليمنى تعزيز نواتج التعلم	
		الجودو	الوقفة الهجومية اليسرى الوقفة الدفاعية اليمنى	
الحادي عشر	من ٨/٣ إلى ١٤٤٦/٨/٧هـ	الجودو	الوقفة الدفاعية اليسرى تعزيز نواتج التعلم	
الثاني عشر	من ٨/١٠ إلى ١٤٤٦/٨/١٤هـ	الصحة واللياقة البدنية	القياسات البعدية اللياقة البدنية	
		اختبارات	اختبارات الفصل الدراسي الثاني	

معلم/ة التربية البدنية : **مدير/ة المدرسة :**