

توزيع مقرر ودروس التربية البدنية والدفاع عن النفس الصف السادس ابتدائي الفصل الدراسي الأول ١٤٤٣ هـ

<p>الاسبوع : ١٢-١٤ الى ٢-١٤ هـ ١٤٤٣ الصحة واللياقة البدنية (الوحدة الاولى) التنس (الوحدة السادسة)</p>	<p>الاسبوع : ٥-١٢ الى ٩-٢ هـ ١٤٤٣ كرة القدم (الوحدة الثانية)</p>	<p>الاسبوع : ٢٨-١ الى ٢-٢ هـ ١٤٤٣ كرة القدم (الوحدة الثانية)</p>	<p>الاسبوع : ٢١-١ الى ٢٥-١ هـ ١٤٤٣ الصحة واللياقة البدنية (الوحدة الاولى)</p>
<p>اللياقة القلبية التنفسية - التوافق حصة واحدة</p>	<p>ضرب الكرة بالرأس من الثبات. حصة واحدة</p>	<p>الجري المتعرج بالكرة حصة واحدة .</p>	<p>التغير في معدل ضربات القلب أثناء المجهود البدني والتفسير المبسط له / العلاقة بين شدة التدريب ومعدل النبض: حصة واحدة</p>
<p>الارسل - الارسل من تحت الذراع : حصة واحدة.</p>	<p>القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة حصة واحدة.</p>	<p>كتم الكرة بوجه القدم الخارجي :حصة واحدة</p>	<p>اللياقة القلبية التنفسية - القدرة العضلية حصة واحدة .</p>
<p>الاسبوع : ١١-٣ الى ١٥-٣ هـ ١٤٤٣ التايكوندو (الوحدة الاولى)</p>	<p>الاسبوع : ٤-٣ الى ٨-٣ هـ ١٤٤٣ العاب القوى (الوحدة التاسعة)</p>	<p>الاسبوع : ٢٦-١ الى ٣-١ هـ ١٤٤٣ الصحة واللياقة البدنية (الوحدة الاولى) / العاب القوى(الوحدة التاسعة)</p>	<p>الاسبوع : ١٩-٢ الى ٢٣-٢ هـ ١٤٤٣ التنس الوحدة السادسة</p>
<p>الوقوفات (وقفة المشي) أب سوجي : حصة واحدة</p>	<p>تعدية الحواجز أثناء الجري :حصة واحدة</p>	<p>اللياقة القلبية التنفسية الرشاقة : حصة واحدة</p>	<p>الضربة الطائرة المسسقة حصة واحدة .</p>
<p>الوحدة الثانية الوقوفات (وقفة الطعن الأمامية) أب كوبي :حصة واحدة</p>	<p>الوثب الثلاثي والمواد القانونية الحديثة التي تحكم المسابقة حصة واحدة.</p>	<p>الجري في منحني : حصة واحدة.</p>	<p>الضربة نصف الطائرة - القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة حصة واحدة</p>
<p>الاسبوع : ٩-٤ الى ١٣-٤ هـ ١٤٤٣</p>	<p>الاسبوع : ٢-٤ الى ٦-٤ هـ ١٤٤٣ التايكوندو (الوحدة الخامسة)</p>	<p>الاسبوع : ٢٥-٣ الى ٢٨-٣ هـ ١٤٤٣ التايكوندو(الوحدة الرابعة)</p>	<p>الاسبوع : ١٨-٣ الى ٢٢-٣ هـ ١٤٤٣ التايكوندو (الوحدة الثالثة)</p>
<p>مراجعة</p>	<p>تطبيقات الاداء (تعزيزنواتج التعلم) الحصة الأولى.</p>	<p>المهارات الهجومية من الحركة (الركلة الامامية) / أب - تشاجي : الحصة الاولى</p>	<p>المهارات الهجومية من الحركة (اللكمة الامامية المستقيمة) اولجل / جيروجي/ مومتونج / جروجي. الحصة الاولى.</p>
<p>معلم/ة المادة:</p>	<p>تطبيقات الاداء (تعزيزنواتج التعلم)</p>	<p>المهارات الهجومية من الحركة (الركلة الامامية) أب- تشاجي : الحصة الثانية</p>	<p>المهارات الهجومية من الحركة (اللكمة الامامية المستقيمة) اولجل / جيروجي/ مومتونج / جروجي. الحصة الثانية .</p>
<p>يعتمد مدير/ة المدرسة:</p>	<p>المرجع العلمي للنماذج من دليل المعلم والمعلمة بعض النماذج تصميمي .</p>	<p>الاسبوع : ١٦-٤ الى ٢٠-٤ هـ ١٤٤٣</p>	<p>مراجعة</p>