

تم تحميل وعرض المادة من



موقع مادتي هو موقع تعليمي يعمل على مساعدة المعلمين والطلاب وأولياء الأمور في تقديم حلول الكتب المدرسية والاختبارات وشرح الدروس والملاحظات والتحاظير وتوزيع المنهج لكل المراحل الدراسية بشكل واضح وسهل مجاناً بتصفح وعرض مباشر أونلاين وتحميل على موقع مادتي

2023 - 1445



تطبيق مادتي



توزيع المحتوى الدراسي على الأسابيع في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة:	المتوسطة/ تعليم عام	الصف:	الثاني	المادة:	تربية بدنية	عدد الحصص في الأسبوع	٢
الأسبوع	الوحدة التعليمية	موضوعات المحتوى	تمتية عناصر اللياقة البدنية	قياسات عناصر اللياقة البدنية	الأسبوع (١)	الأسبوع (٢)	الأسبوع (٣)
الأسبوع (١) ٨ - ١٤ / ٢ / ١٤٤٥ هـ ٢٠ - ٢٤ / ٨ / ٢٠٢٣ م	الأولى: الصحة واللياقة البدنية	تمهيد لمقرر التربية البدنية والدفاع عن النفس	---	القياسات القلبية: (اللياقة القلبية التنفسية - القدرة العضلية - السرعة)	الأسبوع (٢) ١١ - ١٥ / ٢ / ١٤٤٥ هـ ٢٧ - ٣١ / ٨ / ٢٠٢٣ م	الأسبوع (٣) ١٨ - ٢٢ / ٢ / ١٤٤٥ هـ ٣ - ٧ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الأسبوع (٤) ٢٥ - ٢٩ / ٢ / ١٤٤٥ هـ ١٠ - ١٤ / ٩ / ٢٠٢٣ م
		الطرق المبسطة لحساب نبضات القلب في الدقيقة					
الأسبوع (٢) ١١ - ١٥ / ٢ / ١٤٤٥ هـ ٢٧ - ٣١ / ٨ / ٢٠٢٣ م	الأولى: الصحة واللياقة البدنية	اللياقة القلبية التنفسية — القدرة العضلية	---	القياسات الجسمية	الأسبوع (٤) ٢٥ - ٢٩ / ٢ / ١٤٤٥ هـ ١٠ - ١٤ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الأسبوع (٥) ٢ - ٦ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ١٧ - ٢١ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الأسبوع (٦) ٩ - ١٣ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ٢٤ - ٢٨ / ٩ / ٢٠٢٣ م
		ضرب الكرة بالرأس من الوثب القانون: المادة رقم (١٢) خطأ من أخطاء سوء السلوك					
الأسبوع (٣) ١٨ - ٢٢ / ٢ / ١٤٤٥ هـ ٣ - ٧ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الثانية: كرة القدم	التمريرة الطويلة يتبع القانون: المادة رقم (١٢) خطأ من أخطاء سوء السلوك	اللياقة القلبية التنفسية	قياس اللياقة القلبية التنفسية: (الجري المكوكي)	الأسبوع (٥) ٢ - ٦ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ١٧ - ٢١ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الأسبوع (٦) ٩ - ١٣ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ٢٤ - ٢٨ / ٩ / ٢٠٢٣ م	إجازة اليوم الوطني
		يتبع: التمريرة الطويلة القانون: المادة (٩): الكرة خارج اللعب					
الأسبوع (٤) ٢٥ - ٢٩ / ٢ / ١٤٤٥ هـ ١٠ - ١٤ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الثانية: كرة القدم	امتصاص الكرة بالفخذ القانون: المادة (١١): التسلل	القدرة العضلية	قياس اللياقة القلبية التنفسية: (الجري المكوكي)	الأسبوع (٦) ٩ - ١٣ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ٢٤ - ٢٨ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الأسبوع (٦) ٩ - ١٣ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ٢٤ - ٢٨ / ٩ / ٢٠٢٣ م	إجازة اليوم الوطني
		تقويم الخبرات التعليمية في وحدة كرة القدم وتعزيزها					
الأسبوع (٥) ٢ - ٦ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ١٧ - ٢١ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الأولى: الصحة واللياقة البدنية	اللياقة القلبية التنفسية — القدرة العضلية	اللياقة القلبية التنفسية	قياس اللياقة القلبية التنفسية: (الجري المكوكي)	الأسبوع (٦) ٩ - ١٣ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ٢٤ - ٢٨ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الأسبوع (٦) ٩ - ١٣ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ٢٤ - ٢٨ / ٩ / ٢٠٢٣ م	إجازة اليوم الوطني
		المسكة الغربية للمضرب					
الأسبوع (٦) ٩ - ١٣ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ٢٤ - ٢٨ / ٩ / ٢٠٢٣ م	السادسة: التنس	الإرسال المستقيم من أعلى القانون: قاعدة رقم (٩) أداء الإرسال، وقاعدة رقم (١١) خطأ الإرسال	القدرة العضلية	قياس اللياقة القلبية التنفسية: (الجري المكوكي)	الأسبوع (٦) ٩ - ١٣ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ٢٤ - ٢٨ / ٩ / ٢٠٢٣ م	الأسبوع (٦) ٩ - ١٣ / ٣ / ١٤٤٥ هـ ٢٤ - ٢٨ / ٩ / ٢٠٢٣ م	إجازة اليوم الوطني
		الضربة الطائرة الخلفية					

قياس القدرة العضلية: (الوثب العمودي، أو الوثب العريض من الثبات)	القدرة العضلية	يتبع: الضربة الطائرة الخلفية	السادسة: التنس	الأسبوع (٧) ١٦- ٢٠/٣/١٤٤٥هـ - ١- ٢٣/١٠/٢٠٢٣م
		تقويم الخبرات التعليمية في وحدة التنس وتعزيزها		
	اللياقة القلبية التنفسية	اللياقة القلبية التنفسية — السرعة	الأولى: الصحة واللياقة البدنية	الأسبوع (٨) ٢٣- ٢٧/٣/١٤٤٥هـ - ٨- ١٢/١٠/٢٠٢٣م
		قذف القرص وقواعده القانونية المرتبطة	التاسعة: ألعاب القوى	
قياس السرعة: (الجري ٢٠ متر)	السرعة	يتبع: قذف القرص وقواعده القانونية المرتبطة	التاسعة: ألعاب القوى	الأسبوع (٩) ٣٠- ٤/٤/١٤٤٥هـ - ١٥- ١٩/١٠/٢٠٢٣م
		تقويم الخبرات التعليمية في وحدة ألعاب القوى وتعزيزها		
	السرعة	اليومسي الأولى الجزء الأول (تاجوك — أجن)	تايكونديو: الوحدة الأولى	الأسبوع (١٠) ٧- ١١/٤/١٤٤٥هـ - ٢٢- ٢٦/١٠/٢٠٢٣م
		اليومسي الأولى الجزء الثاني (تاجوك — أجن)	تايكونديو: الوحدة الثانية	
القياسات البعدية: (اللياقة القلبية التنفسية - القدرة العضلية - السرعة)	---	اليومسي الأولى الجزء الثالث (تاجوك — أجن)	تايكونديو: الوحدة الثالثة	الأسبوع (١١) ١٤- ١٨/٤/١٤٤٥هـ - ٢٩- ٢/١١/٢٠٢٣م
		يتبع: اليومسي الأولى الجزء الثالث (تاجوك — أجن)		إجازة مطولة
	---	تطبيقات الأداء "جملة حركية" (تعزيز نواتج التعلم)	تايكونديو: الوحدة الرابعة	الأسبوع (١٢) ٢١- ٢٥/٤/١٤٤٥هـ - ٥- ٩/١١/٢٠٢٣م
		يتبع: تطبيقات الأداء "جملة حركية" (تعزيز نواتج التعلم)		
اختبارات الفصل الدراسي الأول				الأسبوع (١٣) ٢٨- ٢/٥/١٤٤٥هـ - ١٢- ١٦/١١/٢٠٢٣م