

تم تحميل وعرض المادة من



حمل تطبيق مادتي ليصلك كل جديد



الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٧هـ		توزيع منهج مادة اللياقة والثقافة الصحية				الصف: الثاني الثانوي	
اليوم	تاريخ	الأسبوع الأول	تاريخ	الأسبوع الثاني	تاريخ	الأسبوع الثالث	تاريخ
الأحد	٧/٢٩	تمهيد اللياقة والثقافة الصحية	٨/٠٦	محددات الصحة	٨/١٣	نمط الحياة الصحية	٨/٢٠
الاثنين	٧/٣٠	مدخل الصحة والعافية	٨/٠٧	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/١٤	نمط الحياة الصحية	٨/٢١
الثلاثاء	٨/٠١		٨/٠٨		٨/٢٢		
الأربعاء	٨/٠٢	مدخل الصحة والعافية	٨/٠٩	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/١٦	مصادر المعلومات الصحية	٨/٢٣
الخميس	٨/٠٣		٨/١٠		٨/٢٤		
اليوم	تاريخ	الأسبوع الخامس	تاريخ	الأسبوع السادس	تاريخ	الأسبوع السابع	تاريخ
الأحد	٨/٢٧	الخمول البدني والأمراض المزمنة	٩/٠٥	إجازة يوم التأسيس	٩/١٢	وصفة النشاط البدني	٩/١٩
الاثنين	٨/٢٨		أنواع ومستويات النشاط البدني	٩/٠٦	فوائد النشاط البدني الصحية	٩/١٣	مراجعة ختامية للفصل الثاني
الثلاثاء	٨/٢٩			٩/٠٧	محفزات ومعوقات لممارسة النشاط البدني	٩/١٤	
الأربعاء	٩/٠١			٩/٠٨	التقنيات في النشاط البدني والرياضي	٩/١٥	
الخميس	٩/٠٢	هرم النشاط البدني	٩/٠٩	مدخل اللياقة البدنية	٩/١٦		
اليوم	تاريخ	الأسبوع الثامن	تاريخ	الأسبوع التاسع	تاريخ	الأسبوع العاشر	تاريخ
الأحد	١٠/١٠	مدخل اللياقة البدنية	١٠/١٧	قياس اللياقة البدنية	١٠/٢٤	مراجعة ختامية للفصل الثالث	١١/٠٢
الاثنين	١٠/١١		قياس اللياقة البدنية	١٠/١٨	برنامج اللياقة البدنية الشخصي	١٠/٢٥	النظام الغذائي الصحي
الثلاثاء	١٠/١٢			١٠/١٩		١٠/٢٦	
الأربعاء	١٠/١٣			١٠/٢٠		١٠/٢٧	
الخميس	١٠/١٤			١٠/٢١		١٠/٢٨	
اليوم	تاريخ	الأسبوع الثاني عشر	تاريخ	الأسبوع الثالث عشر	تاريخ	الأسبوع الرابع عشر	تاريخ
الأحد	١١/٠٩	مراجعة ختامية للفصل الرابع	١١/١٦	الحالات الطبية الطارئة	١١/٢٣	خدمات الرعاية الصحية	١١/٣٠
الاثنين	١١/١٠		مدخل السلامة الشخصية	١١/١٧	الإسعافات الأولية	١١/٢٤	مراجعة ختامية للفصل الخامس
الثلاثاء	١١/١١			١١/١٨		١١/٢٥	
الأربعاء	١١/١٢			١١/١٩		١١/٢٦	
الخميس	١١/١٣			١١/٢٠		١١/٢٧	
اليوم	تاريخ	الأسبوع السادس عشر	تاريخ	الأسبوع السابع عشر	تاريخ	الأسبوع الثامن عشر	تاريخ
الأحد	١٢/٢٩	إجازة عيد الأضحى من: ١٤٤٧/١٢/٠٥ إلى: ١٤٤٧/١٢/١٥	١٢/٢١	منتجات التبغ وأضرارها	١٢/٢٨	مراجعة عامة	٠١/٠٦
الاثنين	١٢/١٠		مراجعة ختامية للفصل السادس	١٢/٢٢	أضرار تعاطي المخدرات ومهارات الرفض		١٢/٢٩
الثلاثاء	١٢/١١			١٢/٢٣	١٢/٠١		
الأربعاء	١٢/١٢			١٢/٢٤	١٢/٠٢		
الخميس	١٢/١٣			١٢/٢٥	١٢/٠٣		
الأحد	١٢/٢٩	بداية الدراسة للفصل الدراسي الثاني	٠٩/١٧	بداية إجازة عيد الفطر	١٢/٠٥	بداية إجازة عيد الأضحى	٠١/٠٦
الاثنين	١٢/٣٠	إجازة يوم التأسيس	١٠/٠٩	نهاية إجازة عيد الفطر	١٢/١٥	نهاية إجازة عيد الأضحى	٠١/١٠
الثلاثاء	١٢/٣١		١٠/١٠	بداية الدراسة بعد إجازة عيد الفطر	١٢/١٦	بداية الدراسة للعام ١٤٤٨هـ	٠٣/١٠

تواريخ مهمة

مدير/ة المدرسة:

معلم/ة المادة:

الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٧ هـ		توزيع منهج منطقة مكة والمدينة وجدة والطائف				الصف: الثاني الثانوي			
الأسبوع الرابع	تاريخ	الأسبوع الثالث	تاريخ	الأسبوع الثاني	تاريخ	الأسبوع الأول	تاريخ	اليوم	
مراجعة ختامية للفصل الأول	٨/٢٠	نمط الحياة الصحية	٨/١٣	محددات الصحة	٨/٠٦	تمهيد للياقة والثقافة الصحية	٧/٢٩	الأحد	
مدخل إلى الخمول البدني	٨/٢١	نمط الحياة الصحية	٨/١٤	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/٠٧	مدخل الصحة والعافية	٧/٣٠	الاثنين	
الخمول البدني والأمراض المزمنة	٨/٢٣	مصادر المعلومات الصحية	٨/١٦	الأمراض المعدية وغير المعدية	٨/٠٩	مدخل الصحة والعافية	٨/٠١	الأربعاء	
	٨/٢٤		٨/١٧		٨/١٠		الخميس		
الأسبوع الخامس	تاريخ	الأسبوع السادس	تاريخ	الأسبوع السابع	تاريخ	الأسبوع الثامن	تاريخ	اليوم	
إجازة عيد الفطر	٩/٠٥	وصفة النشاط البدني	٩/١٢	إجازة يوم التأسيس	٩/٠٥	الخمول البدني والأمراض المزمنة	٨/٢٧	الأحد	
	٩/٠٦	مراجعة ختامية للفصل الثاني	٩/١٣	فوائد النشاط البدني الصحية	٩/٠٦	أنواع ومستويات النشاط البدني	٨/٢٨	الاثنين	
	٩/٠٧		٩/١٤	محفزات ومعوقات لممارسة النشاط البدني	٩/٠٧		٨/٢٩	الثلاثاء	
	٩/٠٨	مدخل للياقة البدنية	٩/١٥	التقنيات في النشاط البدني والرياضي	٩/٠٨	هرم النشاط البدني	٩/٠١	الأربعاء	
٩/٠٩	٩/١٦		٩/٠٩		الخميس				
الأسبوع التاسع	تاريخ	الأسبوع العاشر	تاريخ	الأسبوع الحادي عشر	تاريخ	الأسبوع الثاني عشر	تاريخ	اليوم	
إجازة عيد الأضحى	١٠/١٧	قياس اللياقة البدنية	١٠/٢٤	السعرات الحرارية	١١/٠٢	مدخل للياقة البدنية	١٠/١٠	الأحد	
	١٠/١٨	برنامج اللياقة البدنية الشخصي	١٠/٢٥	إدارة الوزن	١١/٠٣	قياس اللياقة البدنية	١٠/١١	الاثنين	
	١٠/١٩		١٠/٢٦		١١/٠٤		١٠/١٢	الثلاثاء	
	١٠/٢٠	برنامج التدريب الرياضي للتحكم بالوزن	١٠/٢٧	النظام الغذائي الصحي	١١/٠٥	قياس اللياقة البدنية	١٠/١٣	الأربعاء	
١٠/٢١	١٠/٢٨		١١/٠٦		١٠/١٤		الخميس		
الأسبوع الثالث عشر	تاريخ	الأسبوع الرابع عشر	تاريخ	الأسبوع الخامس عشر	تاريخ	الأسبوع السادس عشر	تاريخ	اليوم	
إجازة عيد الأضحى	١١/١٦	الحالات الطبية الطارئة	١١/٢٣	خدمات الرعاية الصحية	١١/٢٣	مراجعة ختامية للفصل الرابع	١١/٠٩	الأحد	
	١١/١٧	الإسعافات الأولية	١١/٢٤	مراجعة ختامية للفصل الخامس	١١/٢٤	مدخل السلامة الشخصية	١١/١٠	الاثنين	
	١١/١٨		١١/٢٥		١١/١١		الثلاثاء		
	١١/١٩	خدمات الرعاية الصحية	١١/٢٦	مدخل الصحة النفسية	١١/٢٦	السلامة المرورية	١١/١٢	الأربعاء	
١١/٢٠	١١/٢٧		١١/١٣		الخميس				
الأسبوع السابع عشر	تاريخ	الأسبوع الثامن عشر	تاريخ	الأسبوع التاسع عشر	تاريخ	الأسبوع العشرون	تاريخ	اليوم	
الاختبارات النهائية والبرامج العلاجية	١٢/٢٨	مراجعة عامة	١٠/٠٦	منتجات التبغ وأضرارها	١٢/٢٨	مراجعة ختامية للفصل السادس	١٢/٢١	الأحد	
	١٢/٢٩		١٠/٠٧		أضرار تعاطي المخدرات ومهارات الرفض	١٢/٢٩	مدخل المؤثرات العقلية	١٢/٢٢	الاثنين
	١٠/٠١		١٠/٠٨		مراجعة ختامية للفصل السابع	١٠/٠٢	التعاطي والإدمان	١٢/٢٣	الثلاثاء
	١٠/٠٢		١٠/٠٩			١٢/٢٤		الأربعاء	
	١٠/٠٣		١٠/١٠			١٢/٢٥		الخميس	
تواريخ مهمة									
٠٩/١٧	١١/٢٨	١١/٢٨	١١/٢٨	١٠/١٣	١١/٢٨	١١/٢٨	١١/٢٨	١١/٢٨	
١٠/٠٩	١٢/١٥	١٢/١٥	١٢/١٥	١٠/١٧	١٢/١٥	١٢/١٥	١٢/١٥	١٠/١٧	
١٠/١٠	١٢/١٦	١٢/١٦	١٢/١٦	٠٣/١٧	١٢/١٦	١٢/١٦	١٢/١٦	٠٣/١٧	
١٠/١٧	١١/٢٨	١١/٢٨	١١/٢٨	٠٣/١٧	١١/٢٨	١١/٢٨	١١/٢٨	٠٣/١٧	
١٠/٠٩	١٢/١٥	١٢/١٥	١٢/١٥	٠٣/١٧	١٢/١٥	١٢/١٥	١٢/١٥	٠٣/١٧	
١٠/١٠	١٢/١٦	١٢/١٦	١٢/١٦	٠٣/١٧	١٢/١٦	١٢/١٦	١٢/١٦	٠٣/١٧	

مديرة المدرسة:

معلمة المادة: