

توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الثاني ابتدائي	المادة :	التربية البدنية	عدد الحصص في الأسبوع	-
الأسبوع	موضوعات المحتوى (١)						
الأسبوع الأول	من	١٤٤٥/٢/٤	إلى	١٤٤٥/٢/٨	التغير في معدل التنفس المبسط له أثناء المجهود البدني		
					الرشاقة		
					الانزلاق الصحيح من الجري		
					الانزلاق الصحيح من الجري		
الأسبوع الثاني	من	١٤٤٥/٢/١١	إلى	١٤٤٥/٢/١٥	سحب المقاومات بطريقة آمنة وفعالة		
					الوقوف من جلوس التربيع والذراعان ممدوتان إلى الأمام		
					الوقوف من جلوس التربيع والذراعان ممدوتان إلى الأمام		
الأسبوع الثالث	من	١٤٤٥/٢/١٨	إلى	١٤٤٥/٢/٢٢	تمرير الكرة بيدين من أسفل بطريقة صحيحة		
					الوعي بالبيئة المحيطة أثناء ممارسة النشاط البدني		
					المرونة		
					الحجل الصحيح		
					الحجل الصحيح		
الأسبوع الخامس	من	١٤٤٥/٣/٢	إلى	١٤٤٥/٣/٦	الدفع الصحيح بطريقة آمنة وفعالة		
					الميزان الأمامي من الثبات		
الأسبوع السادس	من	١٤٤٥/٣/٩	إلى	١٤٤٥/٣/١٣	إجازة اليوم الوطني يوم الاحد ١٤٤٥/٣/٩ هـ		
					الوعي بتحركات الزملاء أثناء ممارسة النشاط البدني		
					الاتزان		
					القفز الصحيح		

توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الثاني ابتدائي	المادة :	التربية البدنية	عدد الحصص في الأسبوع	-
الأسبوع	موضوعات المحتوى (٢)						
الأسبوع السابع من ١٤٤٥/٣/١٦ هـ إلى ١٤٤٥/٣/٢٠ هـ	الفقر الصحيح						
الأسبوع الثامن من ١٤٤٥/٣/٢٣ هـ إلى ١٤٤٥/٣/٢٧ هـ	تقوس الجسم الصحيح						
الأسبوع التاسع من ١٤٤٥/٣/٣٠ هـ إلى ١٤٤٥/٤/٤ هـ	تمرير الكرة بيد واحدة						
الأسبوع العاشر من ١٤٤٥/٤/٧ هـ إلى ١٤٤٥/٤/١١ هـ	استخدام الأدوات والأجهزة برفق أثناء النشاط البدني						
الأسبوع الحادي عشر من ١٤٤٥/٤/١٤ هـ إلى ١٤٤٥/٤/١٨ هـ	الركلة الأمامية (أب تشاجي) من الثبات الواعي بأجزاء الجسم أثناء أداء الركلة الأمامية (أب تشاجي)						
الأسبوع الثاني عشر من ١٤٤٥/٤/٢١ هـ إلى ١٤٤٥/٤/٢٥ هـ	الصد من أسفل إلى أعلى (أولجل ماضي) الواعي بأجزاء الجسم أثناء أداء الصد من أسفل إلى أعلى						
	الصد من الخارج إلى الداخل (مومتونج ماضي) الواعي بأجزاء الجسم أثناء أداء الصد من الخارج للداخل						
	إجازة نهاية أسبوع مطولة يوم الخميس ١٤٤٥/٤/١٨ هـ						
	مراجعة عامة						



توزيع المحتوى الدراسي على أسابيع الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ

المرحلة :	الابتدائية (عام)	الصف :	الثاني ابتدائي	المادة :	التربية البدنية	عدد الحصص في الأسبوع	-
الأسبوع	موضوعات المحتوى (٣)						
الأسبوع الثالث عشر من ١٤٤٥/٤/٢٨ هـ إلى ١٤٤٥/٥/٢ هـ	الاختبارات نهاية						
المعلم/ة المادة :-	مديرة/ة المدرسة :-		المشرف/ة المادة :-				