

خطة توزيع المقرر للفصل الأول 1447هـ



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الخامس ← التربية البدنية ← الفصل الأول ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 02:13:28 2025-08-19

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب ا اختبارات الكترونية ا اختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك ا الامتحان النهائي ا للمدرس

المزيد من مادة
التربية البدنية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الخامس



صفحة المناهج
السعودية على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الخامس والمادة التربية البدنية في الفصل الأول

نموذج اختبار منتصف الفصل مع الإجابة	1
مسرد تحضير تربية بدنية خامس ابتدائي	2
نموذج اختبار نهائي الدور الأول مع نموذج الإجابة خامس انتساب	3
نموذج الإجابة لاختبار منتصف الفصل	4
أسئلة اختبار منتصف الفصل	5

المادة: التربية البدنية والدفاع عن النفس					
الصف: الصف الخامس الابتدائي					
الفصل: الدراسي الأول					
للعام: ١٤٤٧					
الأسبوع 1	الأسبوع 2	الأسبوع 3	الأسبوع 4	الأسبوع 5	الأسبوع 6
من ١٤٤٧-٣-١ إلى ١٤٤٧-٣-٨ الوحدة: الأولى - عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (اللياقة القلبية التنفسية/ اللياقة العضلية الهيكلية/ التركيب الجسمي) وطرق قياسها. التهنية الوحدة: الأولى - عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء (القدرة العضلية/ السرعة/ الرشاقة/ الاتزان) وطرق قياسها.	من ١٤٤٧-٣-٨ إلى ١٤٤٧-٣-١٢ الوحدة: الأولى - أهمية المشي الصحيح لسلامة القوام الوحدة: الأولى - الطريقة الصحيحة للصحة لل صعود وأثرها على سلامة القوام	من ١٤٤٧-٣-١٥ إلى ١٤٤٧-٣-١٩ الوحدة: الأولى - الطريقة الصحيحة للتسلق وأثرها على سلامة القوام الوحدة: الأولى - إدراك التغير في معدل التنفس أثناء المجهود البدني والتفسير المبسط له	من ١٤٤٧-٣-٢٢ إلى ١٤٤٧-٣-٢٦ الوحدة: الأولى - بطاقة المعلومات الغذائية والوقاية من الأمراض المتعلقة بالغذاء الوحدة: الأولى - علاقة الرياضة بالغذاء الصحي	من ١٤٤٧-٣-٢٩ إلى ١٤٤٧-٤-٣ الوحدة: الأولى - الإرشادات الخاصة بتناول الغذاء الصحي مراجعة الوحدة: الأولى - الأطعمة التي يجب التقليل من تناولها	من ١٤٤٧-٤-٦ إلى ١٤٤٧-٤-١٠ الوحدة: الثانية - تمرير كرة القدم بوجه القدم الداخلي الوحدة: الثانية - تمرير الكرة بوجه القدم الخارجي
الأسبوع 7	الأسبوع 8	الأسبوع 9	الأسبوع 10	الأسبوع 11	الأسبوع 12
من ١٤٤٧-٤-١٣ إلى ١٤٤٧-٤-١٧ الوحدة: الثانية - كتم كرة القدم بإطن القدم الأمامي مراجعة الوحدة: الثانية - تصويب كرة القدم بوجه القدم الأمامي	من ١٤٤٧-٤-٢٠ إلى ١٤٤٧-٤-٢٤ الوحدة: الثالثة - تمرير الكرة بالأصابع للأمام مراجعة الوحدة: الثالثة - الإرسال المواجه من أسفل	من ١٤٤٧-٤-٢٧ إلى ١٤٤٧-٥-١ الوحدة: الرابعة - التمريرة المرتدة باليدين	من ١٤٤٧-٥-٤ إلى ١٤٤٧-٥-٨ الوحدة: الرابعة - المحاور مع تغيير السرعة والاتجاه	من ١٤٤٧-٥-١١ إلى ١٤٤٧-٥-١٥ الوحدة: الرابعة - التصويب من القفز	من ١٤٤٧-٥-١٨ إلى ١٤٤٧-٥-٢٢ الوحدة: الرابعة - التوقف في عدة وفي عدتين
الأسبوع 13	الأسبوع 14	الأسبوع 15	الأسبوع 16	الأسبوع 17	الأسبوع 18
من ١٤٤٧-٥-٢٥ إلى ١٤٤٧-٥-٢٩ الوحدة: الرابعة - تنطيط الكرة العالي والمنخفض مراجعة	من ١٤٤٧-٦-٩ إلى ١٤٤٧-٦-١٣ الوحدة: الخامسة - تمرير الكرة بيد واحدة من مستوى الرأس	من ١٤٤٧-٦-١٦ إلى ١٤٤٧-٦-٢٠ الوحدة: الخامسة - تنطيط الكرة العالي والمنخفض	من ١٤٤٧-٦-٢٣ إلى ١٤٤٧-٦-٢٧ الوحدة: الخامسة - التصويب من فوق الرأس مع الارتكاز مراجعة	من ١٤٤٧-٦-٣٠ إلى ١٤٤٧-٧-٥ مراجعة واختبارات	من ١٤٤٧-٧-٨ إلى ١٤٤٧-٧-١٢ مراجعة واختبارات

الإجازات:

١- الثلاثاء ١٤٤٧/٤/١ اليوم الوطني، ٢- الأحد ١٤٤٧/٤/٢ إجازة إضافية، ٣- من ١٤٤٧/٥/٣٠ إلى ١٤٤٧/٧/٨ إجازة الخريف، ٤- الخميس ١٤٤٧/٧/٢٠ إجازة إضافية، ٥- الأحد ١٤٤٧/٧/٢٣ إجازة إضافية، ٦- الاختبارات من ١٤٤٧/٧/١٥ - بداية إجازة منتصف ١٤٤٧/٧/٢٨ حتى ١٤٤٧/٧/٢٨