



تم تحميل وعرض المادة من :

موقع واجباتي

www.wajibati.net

موقع واجباتي منصة تعليمية تساهم بنشر
حل المناهج الدراسية بشكل متميز لترتقي بمجال التعليم
على الإنترنت ويستطيع الطلاب تصفح حلول الكتب مباشرة
لجميع المراحل التعليمية المختلفة



توزيع المنهج

لمادة: اللياقة والثقافة الصحية

المادة: اللياقة والثقافة الصحية					
الصف: السنة الثانية					
الفصل: الدراسي الأول					
للعام: ١٤٤٧					
الأسبوع 1	الأسبوع 2	الأسبوع 3	الأسبوع 4	الأسبوع 5	الأسبوع 6
من ١٤٤٧-٣-١ إلى ١٤٤٧-٣-٥ الصحة والعافية-مدخل الصحة والعافية التهيئة الصحة والعافية-محددات الصحة الصحة والعافية-الأمراض المعدية وغير المعدية	من ١٤٤٧-٣-٨ إلى ١٤٤٧-٣-١٢ الصحة والعافية-نمط الحياة الصحية الصحة والعافية-مصادر المعلومات الصحية الصحة والعافية-تعزيز نواتج التعلم	من ١٤٤٧-٣-١٥ إلى ١٤٤٧-٣-١٩ الصحة والعافية-تقويم مخرجات الوحدة مراجعة النشاط البدني-مدخل إلى الخمول البدني النشاط البدني-الخمول البدني والأمراض المزمنة	من ١٤٤٧-٣-٢٢ إلى ١٤٤٧-٣-٢٦ النشاط البدني-أنواع ومستويات النشاط البدني النشاط البدني-هرم النشاط البدني النشاط البدني-فوائد النشاط البدني الصحية	من ١٤٤٧-٣-٢٩ إلى ١٤٤٧-٤-٣ النشاط البدني-محفزات ومعوقات لممارسة النشاط البدني النشاط البدني-التنقيبات في النشاط البدني والرياضي النشاط البدني-وصفة النشاط البدني	من ١٤٤٧-٤-٦ إلى ١٤٤٧-٤-١٠ النشاط البدني-تعزيز نواتج التعلم مراجعة النشاط البدني-تقويم مخرجات الوحدة اللياقة البدنية-مدخل اللياقة البدنية
الأسبوع 7	الأسبوع 8	الأسبوع 9	الأسبوع 10	الأسبوع 11	الأسبوع 12
من ١٤٤٧-٤-١٣ إلى ١٤٤٧-٤-١٧ اللياقة البدنية-قياس اللياقة البدنية اللياقة البدنية-برنامج اللياقة البدنية الشخصي اللياقة البدنية-برنامج التدريب الرياضي للتحكم بالوزن	من ١٤٤٧-٤-٢٠ إلى ١٤٤٧-٤-٢٤ اللياقة البدنية-تعزيز نواتج التعلم مراجعة اللياقة البدنية-تقويم مخرجات الوحدة التغذية-النظام الغذائي الصحي	من ١٤٤٧-٤-٢٧ إلى ١٤٤٧-٥-١ التغذية-السعرات الحرارية التغذية-إدارة الوزن التغذية-تعزيز نواتج التعلم	من ١٤٤٧-٥-٤ إلى ١٤٤٧-٥-٨ التغذية-تقويم مخرجات الوحدة مراجعة السلامة الشخصية-مدخل السلامة الشخصية السلامة الشخصية-السلامة المرورية	من ١٤٤٧-٥-١١ إلى ١٤٤٧-٥-١٥ السلامة الشخصية-الحالات الطبية الطارئة السلامة الشخصية- الإسعافات الأولية السلامة الشخصية-خدمات الرعاية الصحية	من ١٤٤٧-٥-١٨ إلى ١٤٤٧-٥-٢٢ السلامة الشخصية- تعزيز نواتج التعلم مراجعة السلامة الشخصية- تقويم مخرجات الوحدة الصحة النفسية- مدخل الصحة النفسية
الأسبوع 13	الأسبوع 14	الأسبوع 15	الأسبوع 16	الأسبوع 17	الأسبوع 18 و 19
من ١٤٤٧-٥-٢٩ إلى ١٤٤٧-٥-٣١ الصحة النفسية- اضطرابات الصحة النفسية الصحة النفسية-الضغوط النفسية الصحة النفسية-تعزيز نواتج التعلم	من ١٤٤٧-٦-١ إلى ١٤٤٧-٦-١٣ الصحة النفسية-تقويم مخرجات الوحدة مراجعة الوقاية من المخدرات والتدخين-مدخل المؤثرات العقلية الوقاية من المخدرات والتدخين-التعاوي والإدمان	من ١٤٤٧-٦-١٦ إلى ١٤٤٧-٦-٢٠ الوقاية من المخدرات والتدخين- منتجات التبغ وأضرارها الوقاية من المخدرات والتدخين- أضرار تعاطي المخدرات ومهارات الرفض الوقاية من المخدرات والتدخين- تعزيز نواتج التعلم	من ١٤٤٧-٦-٢٣ إلى ١٤٤٧-٦-٢٧ الوقاية من المخدرات والتدخين-تقويم مخرجات الوحدة مراجعة القياس القبلي-التعرف على مستوى الطلبة للمفاهيم التي سوف يدرسها في موضوعات الوحدات التعليمية القياس البعدي-التعرف على ما تم تحقيقه من أهداف للوحدات التعليمية	من ١٤٤٧-٧-١ إلى ١٤٤٧-٧-٥ مراجعة	الأسبوع ١٨: من ١٤٤٧-٧-٨ إلى ١٤٤٧-٧-١٢ اختبارات شفوية وعملية الأسبوع ١٩: من ١٤٤٧-٧-١٥ إلى ١٤٤٧-٧-١٩ اختبارات نهائية

الإجازات:

١- الثلاثاء ١٤٤٧/٤/١ اليوم الوطني، ٢- الأحد ١٤٤٧/٤/٢ إضافة، ٣- من ١٤٤٧/٥/٣٠ إلى ١٤٤٧/٥/٣١ إضافة، ٤- الخميس ١٤٤٧/٦/٢٠ إضافة، ٥- الأحد ١٤٤٧/٦/٢٣ إضافة، ٦- الاختبارات من ١٤٤٧/٦/٢٥ إلى ١٤٤٧/٦/٢٧، ٧- بداية إجازة منتصف ١٤٤٧/٧/٢٠ إلى ١٤٤٧/٧/٢٨

معلم المادة:

مدير المدرسة:



توزيع المنهج

لمادة: اللياقة والثقافة الصحية

(توزيع خاص بالمنطقة الغربية (مكة - المدينة - جدة - الطائف))

المادة: اللياقة والثقافة الصحية					
الصف: السنة الثانية					
الفصل: الدراسي الأول					
للعام: ١٤٤٧					
الأسبوع 1	الأسبوع 2	الأسبوع 3	الأسبوع 4	الأسبوع 5	الأسبوع 6
من ١٤٤٧-٣-٨ إلى ١٤٤٧-٣-١٢	من ١٤٤٧-٣-١٥ إلى ١٤٤٧-٣-١٩	من ١٤٤٧-٣-٢٢ إلى ١٤٤٧-٣-٢٦	من ١٤٤٧-٣-٢٩ إلى ١٤٤٧-٤-٣	من ١٤٤٧-٤-٦ إلى ١٤٤٧-٤-١٠	من ١٤٤٧-٤-١٣ إلى ١٤٤٧-٤-١٧
الصحة والعافية-مدخل الصحة والعافية	الصحة والعافية-نمط الحياة الصحية	الصحة والعافية-تقويم مخرجات الوحدة	النشاط البدني-أنواع ومستويات النشاط البدني النشاط البدني-هرم النشاط البدني النشاط البدني-فوائد النشاط البدني الصحية	النشاط البدني-محفزات ومعوقات لممارسة النشاط البدني	النشاط البدني-تعزيز نواتج التعلم
التهيئة	الصحة والعافية-محددات الصحة	مراجعة		النشاط البدني-التنقيبات في النشاط البدني والرياضي	مراجعة
الصحة والعافية-محددات الصحة	الصحة والعافية-تعزيز نواتج التعلم	النشاط البدني-مدخل إلى الخمول البدني		النشاط البدني-وصفة النشاط البدني	النشاط البدني-تقويم مخرجات الوحدة
الصحة والعافية-الأمراض المعدية وغير المعدية		النشاط البدني-الخمول البدني والأمراض المزمنة			اللياقة البدنية-مدخل اللياقة البدنية
الأسبوع 7	الأسبوع 8	الأسبوع 9	الأسبوع 10	الأسبوع 11	الأسبوع 12
من ١٤٤٧-٤-٢٥ إلى ١٤٤٧-٤-٢٩	من ١٤٤٧-٤-٢٧ إلى ١٤٤٧-٥-١	من ١٤٤٧-٥-٤ إلى ١٤٤٧-٥-٨	من ١٤٤٧-٥-١١ إلى ١٤٤٧-٥-١٥	من ١٤٤٧-٥-١٨ إلى ١٤٤٧-٥-٢٢	من ١٤٤٧-٥-٢٥ إلى ١٤٤٧-٥-٢٩
اللياقة البدنية-قياس اللياقة البدنية	اللياقة البدنية-تعزيز نواتج التعلم	التغذية-السعرات الحرارية التغذية-إدارة الوزن	التغذية-تقويم مخرجات الوحدة	السلامة الشخصية-الحالات الطبية الطارئة	السلامة الشخصية- تعزيز نواتج التعلم
اللياقة البدنية-برنامج اللياقة البدنية الشخصي	مراجعة	التغذية-تعزيز نواتج التعلم	مراجعة	السلامة الشخصية- الإسعافات الأولية	مراجعة
اللياقة البدنية-برنامج التدريب الرياضي للتحكم بالوزن	اللياقة البدنية-تقويم مخرجات الوحدة		السلامة الشخصية-مدخل السلامة الشخصية السلامة الشخصية-السلامة المرورية	السلامة الشخصية-خدمات الرعاية الصحية	السلامة الشخصية-تقويم مخرجات الوحدة
	التغذية-النظام الغذائي الصحي				الصحة النفسية- مدخل الصحة النفسية
الأسبوع 13	الأسبوع 14	الأسبوع 15	الأسبوع 16	الأسبوع 17	الأسبوع 18 و 19
من ١٤٤٧-٦-٩ إلى ١٤٤٧-٦-١٣	من ١٤٤٧-٦-١٦ إلى ١٤٤٧-٦-٢٠	من ١٤٤٧-٦-٢٣ إلى ١٤٤٧-٦-٢٧	من ١٤٤٧-٦-٣٠ إلى ١٤٤٧-٧-٥	من ١٤٤٧-٧-٨ إلى ١٤٤٧-٧-١٢	الأسبوع ١٨: من ١٤٤٧-٧-١٥ إلى ١٤٤٧-٧-١٩
الصحة النفسية- اضطرابات الصحة النفسية	الصحة النفسية-تقويم مخرجات الوحدة	الوقاية من المخدرات والتدخين- منتجات التبغ وأضرارها	الوقاية من المخدرات والتدخين-تقويم مخرجات الوحدة	مراجعة	اختبارات شفوية وعملية
الصحة النفسية-الضغوط النفسية	مراجعة	الوقاية من المخدرات والتدخين- أضرار تعاطي المخدرات ومهارات الرفض	مراجعة		
الصحة النفسية-تعزيز نواتج التعلم	الوقاية من المخدرات والتدخين-مدخل المؤثرات العقلية	الوقاية من المخدرات والتدخين- تعزيز نواتج التعلم	القياس القبلي-التعرف على مستوى الطلبة للمفاهيم التي سوف يدرسها في موضوعات الوحدات التعليمية		الأسبوع ١٩: من ١٤٤٧-٧-٢٢ إلى ١٤٤٧-٧-٢٦
	الوقاية من المخدرات والتدخين-التعاوي والإدمان		القياس البعدي-التعرف علي ما تم تحقيقه من أهداف للوحدات التعليمية		اختبارات نهائية

الإجازات:

١- الثلاثاء ١٤٤٧/٤/١٠ اليوم الوطني، ٢- الأحد ١٤٤٧/٤/٢٠ إجازة إضافية، ٣- من ١٤٤٧/٥/٣٠ إلى ١٤٤٧/٥/٨ إجازة الخريف، ٤- الخميس ١٤٤٧/٦/٢٠ إجازة إضافية، ٥- الأحد ١٤٤٧/٦/٢٣ إجازة إضافية، ٦- الاختبارات من ١٤٤٧/٧/٥ إلى ١٤٤٧/٧/١٠، ٧- بداية إجازة منتصف ١٤٤٧/٧/٢٠ إلى ١٤٤٧/٧/٢٨

معلم المادة:

مدير المدرسة: