

تم تحميل وعرض هذا المادة من موقع واجبي:

wajibi.com



www.wajibi.net

واجبي موقع تعليمي يوفر مجموعة واسعة من الخدمات والموارد التعليمية،
يهدف موقع واجبي إلى تسهيل عملية التعليم ويقدم حلول المناهج للطلاب في
جميع المراحل الدراسية.

حمل تطبيق واجبي من هنا  يصلك كل جديد



الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٦ هـ		توزيع منهج مادة اللياقة والثقافة الصحية				الصف : الثاني ثانوي مسارات		
اليوم	تاريخ	الأسبوع الأول	تاريخ	الأسبوع الثاني	تاريخ	الأسبوع الثالث	تاريخ	
الأحد	٥/١٥	تمهيد اللياقة والثقافة الصحية	٥/٢٢	تابع لدرس الأمراض المعدية وغير المعدية	٥/٢٢	مدخل إلى الخمول البدني	٦/٠٧	
الاثنين	٥/١٦	مدخل الصحة والعافية	٥/٢٣	نمط الحياة الصحية	٦/٠١	الخمول البدني والأمراض المزمنة	٦/٠٨	
الثلاثاء	٥/١٧	تابع لدرس مدخل الصحة والعافية	٥/٢٤	تابع لمدخل نمط الحياة الصحية	٦/٠٢	الخمول البدني والأمراض المزمنة	٦/٠٩	
الأربعاء	٥/١٨	محددات الصحة	٥/٢٨	مصادر المعلومات الصحية	٦/٠٣	أنواع ومستويات النشاط البدني	٦/١٠	
الخميس	٥/١٩	الأمراض المعدية وغير المعدية	٥/٢٦	مراجعة ختامية للفصل الأول	٦/٠٤	هرم النشاط البدني	٦/١١	
إجازة نهاية أسبوع مطولة								
اليوم	تاريخ	الأسبوع الخامس	تاريخ	الأسبوع السادس	تاريخ	الأسبوع السابع	تاريخ	
الأحد	٦/١٤	وصفة النشاط البدني	٦/٢١	تابع لدرس قياس اللياقة البدنية	٦/٢٨	النظام الغذائي الصحي	٦/٢٨	
الاثنين	٦/١٥	مراجعة ختامية للفصل الثاني	٦/٢٢	تابع لدرس قياس اللياقة البدنية	٦/٢٩	تابع لدرس النظام الغذائي الصحي	٦/٢٩	
الثلاثاء	٦/١٦	مدخل اللياقة البدنية	٦/٢٣	برنامج اللياقة البدنية الشخص ي	٦/٣٠	السرعات الحرارية	٦/٣٠	
الأربعاء	٦/١٧	تابع لمدخل اللياقة البدنية	٦/٢٤	برنامج التريب الرياض ي للتحكم بالوزن	٧/٠١	إدارة الوزن	٧/٠١	
الخميس	٦/١٨	قياس اللياقة البدنية	٦/٢٥	مراجعة ختامية للفصل الثالث	٧/٠٢	تابع لدرس إدارة الوزن	٧/٠٢	
إجازة منتصف العام الدراسي								
تبدأ يوم الجمعة ١٤٤٦/٧/٣ هـ تنتهي يوم السبت ١٤٤٦/٧/١١ هـ								
اليوم	تاريخ	الأسبوع الثامن	تاريخ	الأسبوع التاسع	تاريخ	الأسبوع العاشر	تاريخ	
الأحد	٧/١٢	مراجعة ختامية للفصل الرابع	٧/١٩	خدمات الرعاية الصحية	٧/٢٦	اضطرابات الصحة النفسية	٧/٢٦	
الاثنين	٧/١٣	مدخل السلامة الشخصية	٧/٢٠	خدمات الرعاية الصحية	٧/٢٧	تابع لدرس اضطرابات الصحة النفسية	٧/٢٧	
الثلاثاء	٧/١٤	السلامة المرورية	٧/٢١	مراجعة ختامية للفصل الخامس	٧/٢٨	الضعف النفسية	٧/٢٨	
الأربعاء	٧/١٥	الحالات الطبية الطارئة	٧/٢٢	مدخل الصحة النفسية	٧/٢٩	مراجعة ختامية للفصل السادس	٧/٢٩	
الخميس	٧/١٦	الإسعافات الأولية	٧/٢٣	تابع لدرس مدخل الصحة النفسية	٧/٣٠	مدخل المؤثرات العقلية	٧/٣٠	
اليوم	تاريخ	الأسبوع الثاني عشر	اليوم	الأسبوع الثالث عشر	تواريخ مهمة			
الأحد	٨/١٠	مراجعة عامة	٨/١٧	الاختبارات والبرامج العلاجية	٥/١٥	بداية الدراسة للفصل الدراسي الثاني	٨/١٧	
الاثنين	٨/١١		٨/١٨		٦/١٠	إجازة نهاية أسبوع مطولة	٨/٢١	نهاية الفصل الدراسي الثاني
الثلاثاء	٨/١٢		٨/١٩		٦/١١	إجازة نهاية أسبوع مطولة	٨/٢٤	إجازة يوم التأسيس
الأربعاء	٨/١٣		٨/٢٠		٧/٠٣	إجازة منتصف العام الدراسي	٨/٢٥	إجازة الشتاء
الخميس	٨/١٤		٨/٢١		٧/١٢	بداية الدراسة بعد إجازة منتصف العام	٩/٠٢	بداية الدراسة للفصل الثالث