



خطة مقترحة لمقرر الصف الثاني الابتدائي الفترة الدراسية الثانية ١٤٤٧ - ١٤٤٨ هـ

عدد الحصص	عنوان الدرس	الوحدة	التاريخ	الأسبوع
٢	الهبوط من ارتفاعات مختلفة بطريقة آمنة باستخدام اليدين والرجلين	السابعة		الأول
١	حمل أثقال خفيفة بطريقة آمنة وسليمة			الثاني
١	حمل أثقال خفيفة بطريقة آمنة وسليمة			الثالث
٢	تثبيت كرة القدم بطريقة صحيحة بأسفل القدم			الرابع
٢	مراجعة مهارات الوحدة السابعة	الثامنة		الخامس
١	الوقوف على الكتفين بطريقة صحيحة			السادس
١	الوقوف على الكتفين بطريقة صحيحة			السابع
٢	إرسال الكرة باليد بطريقة صحيحة			الثامن
٢	مراجعة مهارات الوحدة الثامنة	الجودو		التاسع
١	مدخل في رياضة الجودو			العاشر
١	مدخل في رياضة الجودو			الحادي عشر
٢	الوقفات الهجومية في الجودو			الثاني عشر
٢	الوقفات الدفاعية في الجودو			الثالث عشر
١	التحركات الرئيسية في الجودو			الرابع عشر
١	التحركات الرئيسية في الجودو			الخامس عشر
٢	التحركات الدائرية في الجودو			السادس عشر
٢	تعليم السقطات في الجودو			السابع عشر
١	التسلق العمودي (حبلأ أو قائماً) بطريقة صحيحة			التاسعة
١	التسلق العمودي (حبلأ أو قائماً) بطريقة صحيحة	التاسع عشر		
٢	الاتزان نصفاً على الركبة	العشرون		
٢	إرسال الكرة بالقدم بطريقة صحيحة	الحادي عشر		
١	مراجعة مهارات الوحدة التاسعة	الثاني عشر		
١	مراجعة مهارات الوحدة التاسعة	الثالث عشر		
٢	الهبوط من (ارتفاعات مختلفة) بطريقة آمنة وسليمة باستخدام أداة مساعدة	العاشر		الرابع عشر
٢	الوقوف على الرأس نصفاً			الخامس عشر
١	احتضان الكرة بطريقة صحيحة			السادس عشر
١	احتضان الكرة بطريقة صحيحة			السابع عشر
٢	مراجعة مهارات الوحدة العاشرة	الكاراتيه		الثامن عشر
٢	مدخل في رياضة الكاراتيه			التاسع عشر
١	المهارات الهجومية من الثبات (اللكمات الأمامية المستقيمة)			السادس عشر
١	المهارات الهجومية من الثبات (اللكمات الأمامية المستقيمة)			السابع عشر
٢	المهارات الهجومية من الثبات (الركلة الأمامية - ماي جيري)			الثامن عشر
٢	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من أسفل إلى أعلى - أجي - أوكي)			التاسع عشر
١	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من الداخل إلى الخارج - سوتو - أوكي)			العاشر عشر
١	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من الداخل إلى الخارج - سوتو - أوكي)			الحادي عشر
٢	المهارات الدفاعية من الثبات (الصد من أعلى إلى أسفل - جيدان - براي)	الثاني عشر		