

وزارة التعليم

الصف: الثاني ثانوي		توزيع منهج مادة لمادة اللياقة والثقافة الصحية				الفصل الدراسي الاول ١٤٤٧ هـ	
اليوم	تاريخ	الأسبوع الأول	تاريخ	الأسبوع الثاني	تاريخ	الأسبوع الثالث	تاريخ
الأحد	٣/٠١	مدخل الصحة والعافية	٣/٠٨	نمط الحياة الصحية	٣/١٥	مدخل إلى الخمول البدني	٣/٢٢
الاثنين	٣/٠٢		٣/٠٩		٣/١٦		٣/٢٣
الثلاثاء	٣/٠٣	محددات الصحة	٣/١٠	نمط الحياة الصحية	٣/١٧	الخمول البدني والأمراض المزمنة	٣/٢٤
الأربعاء	٣/٠٤	الأمراض المعدية وغير المعدية	٣/١١	مصادر المعلومات الصحية	٣/١٨	أنواع ومستويات النشاط البدني	٣/٢٥
الخميس	٣/٠٥		٣/١٢		٣/١٩		٣/٢٦
اليوم	تاريخ	الأسبوع الخامس	تاريخ	الأسبوع السادس	تاريخ	الأسبوع السابع	تاريخ
الأحد	٣/٢٩	التقنيات في النشاط البدني والرياضي	٤/٠٦	مدخل اللياقة البدنية	٤/١٣	برنامج اللياقة البدنية الشخصي	٤/٢٠
الاثنين	٣/٣٠		٤/٠٧		٤/١٤		٤/٢١
الثلاثاء	٤/٠١	إجازة اليوم الوطني	٤/٠٨	قياس اللياقة البدنية	٤/١٥	برنامج التدريب الرياضي للتحكم بالوزن	٤/٢٢
الأربعاء	٤/٠٢	وصفة النشاط البدني	٤/٠٩	برنامج اللياقة البدنية الشخصي	٤/١٦		٤/٢٣
الخميس	٤/٠٣		٤/١٠		٤/١٧		٤/٢٤
اليوم	تاريخ	الأسبوع التاسع	تاريخ	الأسبوع العاشر	تاريخ	الأسبوع الحادي عشر	تاريخ
الأحد	٤/٢٧	السعرات الحرارية	٥/٠٤	مدخل السلامة الشخصية	٥/١١	الحالات الطبية الطارئة	٥/١٨
الاثنين	٤/٢٨		٥/٠٥		٥/١٢		٥/١٩
الثلاثاء	٤/٢٩	إدارة الوزن	٥/٠٦	السلامة المرورية	٥/١٣	الحالات الطبية الطارئة	٥/٢٠
الأربعاء	٤/٣٠	إدارة الوزن	٥/٠٧	السلامة المرورية	٥/١٤	الإسعافات الأولية	٥/٢١
الخميس	٥/٠١		٥/٠٨		٥/١٥		٥/٢٢
اليوم	تاريخ	الأسبوع الثالث عشر	تاريخ	الأسبوع الرابع عشر	تاريخ	الأسبوع الخامس عشر	تاريخ
الأحد	٥/٢٥	مدخل الصحة النفسية	٥/٣١	إجازة الخريف	٦/٠٩	اضطرابات الصحة النفسية	٦/١٦
الاثنين	٥/٢٦		٦/١٠			٦/١٧	
الثلاثاء	٥/٢٧	مدخل الصحة النفسية	٦/١١		الضغوط النفسية	٦/١٨	مدخل المؤثرات العقلية
الأربعاء	٥/٢٨	اضطرابات الصحة النفسية	٦/١٢		مدخل المؤثرات العقلية	٦/١٩	
الخميس	٥/٢٩		٦/١٣			٦/٢٠	إجازة إضافية
اليوم	تاريخ	الأسبوع السادس عشر	تاريخ	الأسبوع السابع عشر	تاريخ	الأسبوع الثامن عشر	تاريخ
الأحد	٦/٢٣	إجازة إضافية	٧/٠١	منتجات التبغ وأضرارها	٧/٠٨	مراجعة عامة	٧/١٥
الاثنين	٦/٢٤	التعاطي والإدمان	٧/٠٢		٧/٠٩		
الثلاثاء	٦/٢٥		٧/٠٣	أضرار تعاطي المخدرات ومهارات الرفض	٧/١٠		
الأربعاء	٦/٢٦	منتجات التبغ وأضرارها	٧/٠٤	أضرار تعاطي المخدرات ومهارات الرفض	٧/١١		
الخميس	٦/٢٧		٧/٠٥		٧/١٢		
تواريخ مهمة							
تواريخ مهمة	٣/٠١	بداية الدراسة للفصل الدراسي الاول	٥/٣٠	بداية إجازة الخريف	٦/٢٠	إجازة إضافية	٧/٢٠
	٤/٠١	إجازة اليوم الوطني	٦/٠٨	نهاية إجازة الخريف	٦/٢٣	إجازة إضافية	٧/٢٨
	٤/٢٠	إجازة إضافية	٦/٠٩	بداية الدراسة بعد إجازة الخريف	٧/١٥	اختبارات نهائية الفصل الدراسي الاول	٧/٢٩
معلم/ة المادة:							
مدير/ة المدرسة:							

توزيع المنهج للفصل الدراسي الاول - للعام 1447هـ

الصف: الثاني ثانوي		توزيع منهج منطقة مكة والمدينة وجدة والطائف				الفصل الدراسي الاول ١٤٤٧هـ	
اليوم	تاريخ	الأسبوع الأول	تاريخ	الأسبوع الثاني	تاريخ	الأسبوع الثالث	تاريخ
الأحد	٣/٠٨	مدخل الصحة والعافية	٣/١٥	نمط الحياة الصحية	٣/٢٢	مدخل إلى الخمول البدني	٣/٢٩
الاثنين	٣/٠٩		٣/١٦		٣/٢٣		٣/٣٠
الثلاثاء	٣/١٠	محددات الصحة	٣/١٧	نمط الحياة الصحية	٣/٢٤	الخمول البدني والأمراض المزمنة	٤/٠١
الأربعاء	٣/١١	الأمراض المعدية وغير المعدية	٣/١٨	مصادر المعلومات الصحية	٣/٢٥	أنواع ومستويات النشاط البدني	٤/٠٢
الخميس	٣/١٢		٣/١٩		٣/٢٦		٤/٠٣
اليوم	تاريخ	الأسبوع الخامس	تاريخ	الأسبوع السادس	تاريخ	الأسبوع السابع	تاريخ
الأحد	٤/٠٦	محفزات ومعوقات ممارسة النشاط البدني	٤/١٣	مدخل اللياقة البدنية	٤/٢٠	إجازة اضافية	٤/٢٧
الاثنين	٤/٠٧		٤/١٤		٤/٢١		٤/٢٨
الثلاثاء	٤/٠٨	التقنيات في النشاط البدني والرياضي	٤/١٥	قياس اللياقة البدنية	٤/٢٢	برنامج اللياقة البدنية الشخصي	٤/٢٩
الأربعاء	٤/٠٩	وصفة النشاط البدني	٤/١٦	برنامج اللياقة البدنية الشخصي	٤/٢٣	برنامج التدريب الرياضي للتحكم بالوزن	٤/٣٠
الخميس	٤/١٠		٤/١٧		٤/٢٤		٥/٠١
اليوم	تاريخ	الأسبوع التاسع	تاريخ	الأسبوع العاشر	تاريخ	الأسبوع الحادي عشر	تاريخ
الأحد	٥/٠٤	إدارة الوزن	٥/١١	السلامة المرورية	٥/١٨	الإسعافات الأولية	٥/٢٥
الاثنين	٥/٠٥		٥/١٢		٥/١٩		٥/٢٦
الثلاثاء	٥/٠٦	إدارة الوزن	٥/١٣	السلامة المرورية	٥/٢٠	الإسعافات الأولية	٥/٢٧
الأربعاء	٥/٠٧	مدخل السلامة الشخصية	٥/١٤	الحالات الطبية الطارئة	٥/٢١	خدمات الرعاية الصحية	٥/٢٨
الخميس	٥/٠٨		٥/١٥		٥/٢٢		٥/٢٩
اليوم	تاريخ	الأسبوع الثالث عشر	تاريخ	الأسبوع الرابع عشر	تاريخ	الأسبوع الخامس عشر	تاريخ
الأحد	٦/٠٩	إجازة الخريف	٦/١٦	اضطرابات الصحة النفسية	٦/٢٣	إجازة اضافية	٦/٣٠
الاثنين	٦/١٠		٦/١٧		٦/٢٤		٦/٣١
الثلاثاء	٦/١١		٦/١٨		٦/٢٥		٦/٢٦
الأربعاء	٦/١٢		٦/١٩		٦/٢٦		٦/٢٧
الخميس	٦/١٣		٦/٢٠		٦/٢٧		٦/٢٨
الجمعة	٦/١٤		٦/٢١		٦/٢٨		٦/٢٩
اليوم	تاريخ	الأسبوع السادس عشر	تاريخ	الأسبوع السابع عشر	تاريخ	الأسبوع الثامن عشر	تاريخ
الأحد	٧/٠١	التعاطي والإدمان	٧/٠٨	منتجات التبغ وأضرارها	٧/١٥	الاختبارات النهائية والبرامج العلاجية	٧/٢٢
الاثنين	٧/٠٢		٧/٠٩		٧/١٦		٧/٢٣
الثلاثاء	٧/٠٣		٧/١٠		٧/١٧		٧/٢٤
الأربعاء	٧/٠٤		٧/١١		٧/١٨		٧/٢٥
الخميس	٧/٠٥		٧/١٢		٧/١٩		٧/٢٦
تواريخ مهمة							
تواريخ مهمة	٣/٠٨	بداية الدراسة للفصل الدراسي الاول	٥/٣٠	بداية إجازة الخريف	٦/٢٠	إجازة اضافية	٧/٢٠
	٤/٠١	إجازة اليوم الوطني	٦/٠٨	نهاية إجازة الخريف	٦/٢٣	إجازة اضافية	٧/٢٨
	٤/٢٠	إجازة اضافية	٦/٠٩	بداية الدراسة بعد إجازة الخريف	٧/١٥	اختبارات نهاية الفصل الدراسي الاول	٧/٢٩
معلم/ة المادة:		مدير/ة المدرسة:					