

توزيع المنهج

لمادة: اللياقة والثقافة الصحية

المادة: اللياقة والثقافة الصحية	الصف: السنة الثانية	الفصل: الدراسي الثاني	للعام: ١٤٤٧هـ
---------------------------------	---------------------	-----------------------	---------------

الأسبوع ١	الأسبوع ٢	الأسبوع ٣	الأسبوع ٤	الأسبوع ٥	الأسبوع ٦
من ١٤٤٧-٧-٢٩ إلى ١٤٤٧-٨-٣ الصحة والعافية-مدخل الصحة والعافية الصحة والعافية-محددات الصحة	من ١٤٤٧-٨-٦ إلى ١٤٤٧-٨-١٠ الصحة والعافية-الأمراض المعدية وغير المعدية الصحة والعافية-نمط الحياة الصحية الصحة والعافية-مصادر المعلومات الصحية	من ١٤٤٧-٨-١٣ إلى ١٤٤٧-٨-١٧ الصحة والعافية-تعزيز نواتج التعلم الصحة والعافية-تقويم مخرجات الوحدة النشاط البدني-مدخل إلى الخمول البدني	من ١٤٤٧-٨-٢٠ إلى ١٤٤٧-٨-٢٤ النشاط البدني-الخمول البدني والأمراض المزمنة النشاط البدني-أنواع ومستويات النشاط البدني النشاط البدني-كهرم النشاط البدني	من ١٤٤٧-٨-٢٧ إلى ١٤٤٧-٩-٢ النشاط البدني-فوائد النشاط البدني الصحية النشاط البدني-محفزات ومعوقات لممارسة النشاط البدني النشاط البدني-التنقيبات في النشاط البدني والرياضي	من ١٤٤٧-٩-٥ إلى ١٤٤٧-٩-٩ النشاط البدني-وصفة النشاط البدني النشاط البدني-تعزيز نواتج التعلم
الأسبوع ٧	الأسبوع ٨	الأسبوع ٩	الأسبوع ١٠	الأسبوع ١١	الأسبوع ١٢
من ١٤٤٧-٩-١٦ إلى ١٤٤٧-٩-١٩ النشاط البدني-تقويم مخرجات الوحدة اللياقة البدنية-مدخل اللياقة البدنية اللياقة البدنية-قياس اللياقة البدنية	من ١٤٤٧-١٠-١٠ إلى ١٤٤٧-١٠-١٤ اللياقة البدنية-برنامج اللياقة البدنية الشخصي اللياقة البدنية-برنامج التدريب الرياضي للتحكم بالوزن اللياقة البدنية-تعزيز نواتج التعلم	من ١٤٤٧-١٠-١٧ إلى ١٤٤٧-١٠-٢١ اللياقة البدنية-تقويم مخرجات الوحدة التغذية-النظام الغذائي الصحي التغذية-السرعات الحرارية	من ١٤٤٧-١٠-٢٤ إلى ١٤٤٧-١٠-٢٨ التغذية-إدارة الوزن التغذية-تعزيز نواتج التعلم التغذية-تقويم مخرجات الوحدة	من ١٤٤٧-١١-٢ إلى ١٤٤٧-١١-٦ السلامة الشخصية-مدخل السلامة الشخصية السلامة الشخصية-السلامة المرورية السلامة الشخصية-الحالات الطبية الطارئة	من ١٤٤٧-١١-٩ إلى ١٤٤٧-١١-١٣ السلامة الشخصية-الإسعافات الأولية السلامة الشخصية-خدمات الرعاية الصحية السلامة الشخصية-تعزيز نواتج التعلم
الأسبوع ١٣	الأسبوع ١٤	الأسبوع ١٥	الأسبوع ١٦	الأسبوع ١٧	الأسبوع ١٨ و ١٩
من ١٤٤٧-١١-١٦ إلى ١٤٤٧-١١-٢٠ السلامة الشخصية-تقويم مخرجات الوحدة الصحة النفسية-مدخل الصحة النفسية الصحة النفسية-اضطرابات الصحة النفسية	من ١٤٤٧-١١-٢٣ إلى ١٤٤٧-١١-٢٧ الصحة النفسية-الضغوط النفسية الصحة النفسية-تعزيز نواتج التعلم الصحة النفسية-تقويم مخرجات الوحدة	من ١٤٤٧-١١-٣٠ إلى ١٤٤٧-١٢-٤ الوقاية من المخدرات والتدخين-مدخل المؤثرات العقلية الوقاية من المخدرات والتدخين-التعاطي والإدمان	من ١٤٤٧-١٢-١٤ إلى ١٤٤٧-١٢-١٨ الوقاية من المخدرات والتدخين-منتجات التبغ وأضرارها الوقاية من المخدرات والتدخين-أضرار تعاطي المخدرات ومهارات الرفض الوقاية من المخدرات والتدخين-تعزيز نواتج التعلم	من ١٤٤٧-١٢-٢١ إلى ١٤٤٧-١٢-٢٥ الوقاية من المخدرات والتدخين-تقويم مخرجات الوحدة القياس القلبي-التعرف على مستوى الطلبة للمفاهيم التي سوف يتم دراستها في موضوعات الوحدات التعليمية	الأسبوع ١٨: من ١٤٤٧-١٢-٢٨ إلى ١٤٤٨-١-٣ اختبارات شفوية وعملية الأسبوع ١٩: من ١٤٤٨-١-٦ إلى ١٤٤٨-١-١٠ اختبارات نهائية