

KINGDOM OF BAHRAIN

Ministry of Education



مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

إدارة سياسات وتطوير المناهج

خطة المحتوى الدراسي (مرحلة التعليم الأساسي)

الدروس المقررة في مادة التربية الرياضية  
للفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦ م

وزارة التربية والتعليم – الفصل الدراسي الأول 2025 / 2026 م



## خطة المحتوى الدراسي

الفصل الدراسي الثاني		الفصل الدراسي الأول		الفصل	
الرابعة	الثالثة	الثانية	الأولى	الوحدة	
ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	الحركات الأساسية ومسابقات التتابع	ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	الحركات الأساسية والجمباز	الصف الأول الابتدائي	الحلقة الأولى
ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة اليد	الحركات الأساسية ومسابقات التتابع	ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة القدم	الحركات الأساسية والجمباز	الصف الثاني الابتدائي	
ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة الطائرة	ألعاب القوى للصغار	ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة السلة	الجمباز	الصف الثالث الابتدائي	
كرة اليد	ألعاب القوى	كرة القدم	الجمباز	الصف الرابع الابتدائي	الحلقة الثانية
الكرة الطائرة	ألعاب القوى	كرة السلة	ألعاب المضرب (تنس الطاولة أو الريشة الطائرة)	الصف الخامس الابتدائي	
الكرة الطائرة	كرة السلة	كرة اليد	كرة القدم	الصف السادس الابتدائي	
كرة اليد	ألعاب القوى	كرة القدم	جمباز	الصف الأول الإعدادي	الحلقة الثالثة
الكرة الطائرة	ألعاب القوى	كرة السلة	ألعاب المضرب (تنس الطاولة أو الريشة الطائرة)	الصف الثاني الإعدادي	
اختيار لعبة جماعية كرة السلة / الكرة الطائرة		اختيار لعبة جماعية كرة اليد / كرة القدم		الصف الثالث الإعدادي	

# الصف الأول الابتدائي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	الحركات الأساسية والجمباز
	الثانية	الألعاب الصغيرة المرتبطة بالألعاب الجماعية

الفصل الدراسي الأول					
المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع	
قاطرات / صف / دائرة / مربع ناقص ضلع / صفيين متقابلين / انتشار (حر، منظم)	الحركات الأساسية والجمباز	9/18	9/14	الأول	
قصة حركية / ألعاب صغيرة		9/25	9/21	الثاني	
الأداة / الحجم / الشكل / الاستخدامات		10/2	9/28	الثالث	
المشي (على خط مستقيم - على خط متعرج - على الأمشاط - على العقبين) / الجري		10/9	10/5	الرابع	
الحجل / الوثب / زحف / المشي على أربع		10/16	10/12	الخامس	
الوقوف / الدوران / التكور / الامتداد		10/23	10/19	السادس	
الجنو / جلوس تربيع / انبطاح / رقود		10/30	10/26	السابع	
التوازن من الثبات (الميزان العالي / الميزان المنخفض)		ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	11/6	11/2	الثامن
التوازن من الحركة (المشي على الخط / المقعد السويدي/ عارضة)			11/13	11/9	التاسع
الدرجة الجانبية			11/20	11/16	العاشر
الدرجة الأمامية			11/27	11/23	الحادي عشر
جملة فنية (مكونة من خط أو خطين فقط)			12/4	11/30	الثاني عشر
جملة فنية (مكونة من خط)			12/11	12/7	الثالث عشر
اختبار (1)			12/18	12/14	الرابع عشر
المطاردة (قصة حركية، ألعاب صغيرة)	12/25		12/21	الخامس عشر	
الإحساس بأنواع الكرات المختلفة					
زحلقة / زحف (قصة حركية، ألعاب صغيرة)					
التوازن من الثبات والحركة (قصة حركية، ألعاب صغيرة)					
الضرب بالأدوات					
تمرير أنواع الكرات المختلفة					
رمي أنواع الكرات المختلفة					
اللقف (من خلال لعبة أو قصة حركية)					
ركل أنواع الكرات المختلفة					
المطاردة + الرمي					
اختبار (2)					
المطاردة + الركل					
مباراة مصغرة					
حصص تعويضية					

تم تحديد الفترة الزمنية من 7-11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الثاني الابتدائي

اسم الوحدة	الوحدة	الفصل
الحركات الأساسية والجمباز	الأولى	الأول
الألعاب الصغيرة المرتبطة بكرة القدم	الثانية	

الفصل الدراسي الأول					
المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع	
الحركات اساسية: المشي، الجري، الدرجة الأمامية المتكورة	الحركات الأساسية والجمباز	9 / 18	9 / 14	الأول	
الحركات الاساسية: الحجل - الوثب - الزحف - المشي على أربع - الدرجة الأمامية		9 / 25	9 / 21	الثاني	
الحركات أساسية: التوازن-الجثو-الانبطاح – الدرجة الجانبية		10 / 2	9 / 28	الثالث	
الدرجة الخلفية المتكورة.		10 / 9	10 / 5	الرابع	
(أوضاع اساسية) الدرجة الخلفية المتكورة.		10 / 16	10 / 12	الخامس	
الدرجة الأمامية فتحاً		10 / 23	10 / 19	السادس	
الحركات الاساسية - الدرجة الأمامية المتكورة/فتحاً		10 / 30	10 / 26	السابع	
الدرجة الخلفية فتحاً		ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة القدم	11 / 6	11 / 2	الثامن
الحركات الأساسية - الدرجة الخلفية المتكورة/فتحاً			11 / 13	11 / 9	التاسع
الربط ميزان أمامي درجة أمامية وخلفية متكورة			11 / 20	11 / 16	العاشر
جملة حركية من درجة امامية تشمل جميع المهارات التي تم تعلمها			11 / 27	11 / 23	الحادي عشر
جملة حركية من درجة امامية			12 / 4	11 / 30	الثاني عشر
اختبار (1)			12 / 11	12 / 7	الثالث عشر
ألعاب تمهيدية في كرة القدم	12 / 18		12 / 14	الرابع عشر	
الإحساس بالكرة	12 / 25		12 / 21	الخامس عشر	
الجري بالكرة					
التمرير (بوجه القدم)					
التمرير (باطن القدم)					
السيطرة على الكرة					
ربط مهاري الجري بالكرة والتمرير بباطن وجه القدم					
التصويب					
ألعاب تنافسية (جري بالكرة + التمرير)					
ألعاب تنافسية (جري بالكرة + التصويب)					
اختبار (2)					
تطبيقات مباراة مصغرة					
حصص تعويضية					

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الثالث الابتدائي

اسم الوحدة	الوحدة	الفصل
الجمباز	الأولى	الأول
الألعاب الصغيرة المرتبطة بكرة السلة	الثانية	

الفصل الدراسي الأول				
المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع
مراجعة درجة أمامية متكورة وفتحاً	الجمباز	9/18	9/14	الأول
مراجعة درجة خلفية متكورة وفتحاً				الثاني
مراجعة درجة جانبية ودرجة أمامية وخلفية متكورة وفتحاً		9/25	9/21	الثالث
الوقوف على الكتفين				الرابع
الوقوف على الكتفين		10/2	9/28	الخامس
الوقوف على الرأس				السادس
الوقوف على الرأس		10/9	10/5	السابع
الوقوف على الرأس				الثامن
العجلة الجانبية		10/16	10/12	التاسع
العجلة الجانبية				العاشر
العجلة الجانبية		10/23	10/19	الحادي عشر
ربط بعض المهارات				الثاني عشر
اختبار(1)		10/30	10/26	الثالث عشر
الإحساس بالكرة		ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة السلة	11/6	11/2
مسك الكرة باليدين	الخامس عشر			
التنطيط	11/13		11/9	السادس عشر
ألعاب صغيرة (تنطيط)				السابع عشر
التمرير والاستلام	11/20		11/16	الثامن عشر
ألعاب صغيرة (التمرير)				التاسع عشر
التصويب	11/27		11/23	العشرون
ألعاب صغيرة (تصويب)				الحادي عشر
ربط مهارة التنطيط والتمرير والتصويب	12/4		11/30	الثاني عشر
ربط مهارة التنطيط والتمرير والتصويب				الثالث عشر
اختبار(2)	12/11		12/7	الرابع عشر
تطبيق مهارات كرة السلة في شكل مسابقات	12/18		12/14	الخامس عشر
حصص تعويضية				السادس عشر

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الرابع الابتدائي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	الجمباز
	الثانية	كرة القدم

الفصل الدراسي الأول					
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات	
الأول	9/14	9/18	الجمباز	مراجعة الوقوف على الكتفين	
				مراجعة الوقوف على الرأس	
الثاني	9/21	9/25		مراجعة العجلة الجانبية	
				الوقوف على اليدين	
الثالث	9/28	10/2		الوقوف على اليدين	
				الدرجة الامامية من وضع الوقوف على اليدين.	
الرابع	10/5	10/9		الدرجة الامامية من وضع الوقوف على اليدين.	
				العجلة الجانبية مع ربع لفة	
الخامس	10/12	10/16		العجلة الجانبية مع ربع لفة	
				العجلة الجانبية مع ربع لفة	
السادس	10/19	10/23		العجلة الجانبية مع ربع لفة متبوعة بدرجة خلفية متكورة	
				العجلة الجانبية مع ربع لفة متبوعة بدرجة خلفية متكورة	
السابع	10/26	10/30		اختبار (1)	
الثامن	11/2	11/6	كرة القدم	مراجعة ما سبق تعلمه	
				الجري بالكرة	
التاسع	11/9	11/13		تمرير الكرة بباطن القدم و خارج القدم	
				السيطرة على الكرة بباطن القدم و خارج القدم	
العاشر	11/16	11/20		(الجري بالكرة + التمرير + السيطرة)	
				التصويب بكرة القدم	
الحادي عشر	11/23	11/27		(التمرير + السيطرة + التصويب)	
				حجز الكرة و حمايتها	
الثاني عشر	11/30	12/4		الخداع بالجسم	
				(الخداع + التصويب)	
الثالث عشر	12/7	12/11			اختبار (2)
الرابع عشر	12/14	12/18			ألعاب تنافسية باستخدام كرة القدم
الخامس عشر	12/21	12/25		مهرجان لكرة القدم للصغار	

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الخامس الابتدائي

اسم الوحدة	الوحدة	الفصل
ألعاب المضرب (تنس الطاولة أو الريشة الطائرة)	الأولى	الأول
كرة السلة	الثانية	

### الفصل الدراسي الأول - ألعاب المضرب (الريشة الطائرة) + كرة السلة

المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع	
المسكات الأساسية (القبضة الأمامية/الخلفية)	ألعاب المضرب - الريشة الطائرة	9/18	9/14	الأول	
وقفة الاستعداد + التحرك بالمعرب		9/25	9/21	الثاني	
الارسال الامامي القصير + الطويل		10/2	9/28	الثالث	
الارسال الخلفي القصير + الطويل		10/9	10/5	الرابع	
ضربة الشبكة والطنع 1		10/16	10/12	الخامس	
ضربة الشبكة والطنع 2		10/23	10/19	السادس	
ألعاب مراجعة		10/30	10/26	السابع	
ضربات التخليص الامامية		كرة السلة	11/6	11/2	الثامن
مهارة الرفع من الوجه الامامي من المضرب			11/13	11/9	التاسع
مهارة الرفع من الوجه الخلفي من المضرب			11/20	11/16	العاشر
منافسات			11/27	11/23	الحادي عشر
منافسات			12/4	11/30	الثاني عشر
اختبار (1)			12/11	12/7	الثالث عشر
الإحساس بالكرة			12/18	12/14	الرابع عشر
تنطيط الكرة من الثبات ومن الحركة يد يمين و يد يسار	12/25		12/21	الخامس عشر	
التمريرة الصدرية					
التمريرة المرتدة					
التمريرة من فوق الرأس					
ربط التنطيط و التمرير					
التصويب من الثبات					
ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصويب					
ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصويب					
تحركات القدمين الدفاعية (سلي) ضد تنطيط الكرة					
اختبار (2)					
تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)					
تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)					

تم تحديد الفترة الزمنية من 7-11 سبتمبر لتنفيذ الاجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الخامس الابتدائي

الفصل الدراسي الأول - ألعاب المضرب (تنس الطاولة) + كرة السلة				
المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع
مسك المضرب (مسكة المصافحة)	ألعاب المضرب - تنس الطاولة	9/18	9/14	الأول
التحكم والسيطرة 1				
التحكم والسيطرة 2		9/25	9/21	الثاني
وقفة الاستعداد (الهجومية والدفاعية)				
حركات القدمين		10/2	9/28	الثالث
الارسال (العلوي بالوجه الامامي للمضرب)				
الارسال (العلوي بالوجه الخلفي للمضرب)		10/9	10/5	الرابع
الضربة الامامية (1)				
الضربة الامامية (2)		10/16	10/12	الخامس
الضربة الخلفية (1)				
الضربة الخلفية (2)		10/23	10/19	السادس
تطبيقات وشرح مبسط للقانون				
اختبار(1)		10/30	10/26	السابع
الإحساس بالكرة	كرة السلة	11/6	11/2	الثامن
تنطيط الكرة من الثبات ومن الحركة يد يمين و يد يسار				
التمريرة الصدرية		11/13	11/9	التاسع
التمريرة المرتدة				
التمريرة من فوق الرأس		11/20	11/16	العاشر
ربط التنطيط و التمرير				
التصويب من الثبات		11/27	11/23	الحادي عشر
ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصويب				
ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصويب		12/4	11/30	الثاني عشر
تحركات القدمين الدفاعية (سلي) ضد تنطيط الكرة				
اختبار(2)		12/11	12/7	الثالث عشر
تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)		12/18	12/14	الرابع عشر
تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)		12/25	12/21	الخامس عشر

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف السادس الابتدائي

اسم الوحدة	الوحدة	الفصل
كرة القدم	الأولى	الأول
كرة اليد	الثانية	

### الفصل الدراسي الأول

المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع
مراجعته ما سبق تعلمه	كرة القدم	9/18	9/14	الأول
الجري بالكرة				
تمرير الكرة الثابتة و المتحركة		9/25	9/21	الثاني
السيطرة على الكرة بباطن القدم و خارج القدم				
التمرير + السيطرة		10/2	9/28	الثالث
السيطرة بالفخذ				
ضرب الكرة بالرأس		10/9	10/5	الرابع
التصويب من الجري				
دمج المهارات ( التمرير + السيطرة + التصويب )		10/16	10/12	الخامس
حجز الكرة و حمايتها				
المراوغة في كرة القدم		10/23	10/19	السادس
مباريات مصغرة في كرة القدم				
اختبار(1)		10/30	10/26	السابع
الرمي واللقف		كرة اليد	11/6	11/2
استلام الكرة باليدين				
التمرير من مستوى الرأس	11/13		11/9	التاسع
التمرير من مستوى الرأس				
تنطيط الكرة من الثبات و الحركة	11/20		11/16	العاشر
تنطيط الكرة من الثبات و الحركة				
التصويب من الثبات للأمام على المرمى.	11/27		11/23	الحادي عشر
التصويب من الثابت للأمام على المرمى.				
التصويب من الوثب على المرمى.	12/4		11/30	الثاني عشر
التصويب من الوثب على المرمى.				
اختبار(2)	12/11		12/7	الثالث عشر
حارس المرمى	12/18		12/14	الرابع عشر
تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون	12/25		12/21	الخامس عشر

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الأول الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	الجمباز
	الثانية	كرة القدم

### الفصل الدراسي الأول

المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع
الدرجة الأمامية المستقيمة	الجمباز	9/18	9/14	الأول
الدرجة الأمامية المستقيمة				
الدرجة الخلفية المتكورة		9/25	9/21	الثاني
درجة خلفية مستقيمة				
درجة خلفية مستقيمة				
الوقوف على اليدين		10/2	9/28	الثالث
الشقلبة الأمامية على اليدين				
الشقلبة الأمامية على اليدين				
الشقلبة الأمامية على اليدين				
ربط المهارات		10/9	10/5	الرابع
جملة حركية				
جملة حركية				
اختبار (1)				
مراجعة ما سبق تعلمه				
الجري بالكرة	كرة القدم	11/6	11/2	الثامن
السيطرة على الكرة + التمرير				
جري + تمرير + تصويب		11/13	11/9	التاسع
الخداع (بسيط + مركب)				
الخداع + التصويب				
ضرب الكرة بالرأس		11/20	11/16	العاشر
السيطرة-امتصاص الكرة (بالفخذ + بالصدر)				
رمية التماس				
حراسة المرمى (مسك الكرة)				
اختبار (2)		11/27	11/23	الحادي عشر
رمية التماس				
حراسة المرمى (مسك الكرة)				
ألعاب تنافسية		12/4	11/30	الثاني عشر
مهرجان				
	12/11	12/7	الثالث عشر	
	12/18	12/14	الرابع عشر	
	12/25	12/21	الخامس عشر	

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الثاني الإعدادي

اسم الوحدة	الوحدة	الفصل
ألعاب المضرب (تنس الطاولة أو الريشة الطائرة)	الأولى	الأول
كرة السلة	الثانية	

الفصل الدراسي الأول - ألعاب المضرب (الريشة الطائرة) + كرة السلة					
المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع	
ألعاب ديناميكية لحركة اليد + القانون الاساسي للعب	ألعاب المضرب - الريشة الطائرة	9/18	9/14	الأول	
المسكات الاساسية		9/25	9/21	الثاني	
التحركات في مراكز اللعب		10/2	9/28	الثالث	
الارسال الامامي القصير والطويل		10/9	10/5	الرابع	
الارسال الخلفي القصير والطويل		10/16	10/12	الخامس	
السحب من منتصف الملعب		10/23	10/19	السادس	
مهارات الرفع بالجهتين (امامي وخلفي)		10/30	10/26	السابع	
ضربة الشبكية		كرة السلة	11/6	11/2	الثامن
ضربة الاسقاط			11/13	11/9	التاسع
ضربات التخليص الامامية			11/20	11/16	العاشر
منافسات فردية بنقاط محددة			11/27	11/23	الحادي عشر
منافسات زوجية بنقاط محددة			12/4	11/30	الثاني عشر
اختبار(1)			12/11	12/7	الثالث عشر
الإحساس بالكرة	12/18		12/14	الرابع عشر	
التنطيط	12/25		12/21	الخامس عشر	
مراجعة أنواع التمرير من الحركة (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)					
مراجعة أنواع التمرير من الحركة (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)					
التمريرة المرتدة بيد واحدة					
التصويب من الوثب والثبات					
التصويبة السلمية					
مراجعة التصويب وربطها بمهارة التنطيط والتمرير					
مراجعة التصويب وربطها بمهارة التنطيط والتمرير					
المتابعة الدفاعية والمتابعة الهجومية					
اختبار(2)					
تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)					
تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)					

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الثاني الإعدادي

الفصل الدراسي الأول ألعاب المضرب (تنس الطاولة) + كرة السلة					
المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع	
مسك المضرب (مسكة المصافحة + مسكة القلم)	ألعاب المضرب - تنس الطاولة	9/18	9/14	الأول	
التحكم والسيطرة		9/25	9/21	الثاني	
وقفة الاستعداد + حركات القدمين		10/2	9/28	الثالث	
الإرسال (العلوي بالوجه الأمامي والخلفي)		10/9	10/5	الرابع	
الضربة الأمامية		10/16	10/12	الخامس	
الضربة الخلفية		10/23	10/19	السادس	
ربط الإرسال بنوعيه مع الضربة الأمامية والخلفية		10/30	10/26	السابع	
الدفع الخلفي		كرة السلة	11/6	11/2	الثامن
الدفع الأمامي			11/13	11/9	التاسع
الضرب الساحق			11/20	11/16	العاشر
تطبيقات على اللعب الفردي وشرح مبسط للقانون			11/27	11/23	الحادي عشر
تطبيقات على اللعب الزوجي وشرح مبسط للقانون			12/4	11/30	الثاني عشر
اختبار (1)	12/11		12/7	الثالث عشر	
الإحساس بالكرة	12/18		12/14	الرابع عشر	
التنطيط	12/25		12/21	الخامس عشر	
مراجعة أنواع التمير من الحركة (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)					
مراجعة أنواع التمير من الحركة (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)					
التمريرة المرتدة بيد واحدة					
التصويب من الوثب والقبضات					
التصويبة السلمية					
مراجعة التصويب وربطها بمهارة التنطيط والتمرير					
مراجعة التصويب وربطها بمهارة التنطيط والتمرير					
المتابعة الدفاعية والمتابعة الهجومية					
اختبار (2)					
تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)					
تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)					

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الثالث الإعدادي

أسم الوحدة	الوحدة	الفصل
اختيار لعبة جماعية كرة اليد أو كرة القدم	الأولى	الأول
	الثانية	

الفصل الدراسي الأول - كرة القدم				
المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع
مراجعة ما سبق تعلمه	كرة القدم	9/18	9/14	الأول
مراجعة ما سبق تعلمه		9/25	9/21	الثاني
الجري بالكرة بداخل القدم		10/2	9/28	الثالث
الجري بالكرة بخارج القدم		10/9	10/5	الرابع
التمرير القصير		10/16	10/12	الخامس
التمرير الطويل		10/23	10/19	السادس
تطبيقات على التمرير		10/30	10/26	السابع
السيطرة (باطن + خارج القدم)		11/6	11/2	الثامن
امتصاص (فخذ-صدر)		11/13	11/9	التاسع
تطبيقات على السيطرة والامتصاص		11/20	11/16	العاشر
الخداع (مركب)		11/27	11/23	الحادي عشر
التصويب		12/4	11/30	الثاني عشر
اختبار (1)		12/11	12/7	الثالث عشر
مراجعة ما سبق تعلمه		12/18	12/14	الرابع عشر
مراجعة ما سبق تعلمه		12/25	12/21	الخامس عشر
الركلات الثابتة (الركنية-الجزاء)				
رمية التماس				
حراسة المرمى (مسك الكرة المنخفضة)				
حراسة المرمى (مسك الكرة العالية)				
العاب تنافسية (حيازة الكرة -فقدان الكرة -التحول)				
العاب تنافسية (حيازة الكرة -فقدان الكرة -التحول)				
العاب تنافسية (ربط بين المهارات)				
العاب تنافسية (ربط بين المهارات)				
اختبار (2)				
مباريات مصغرة				
مباريات مصغرة				

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

## الصف الثالث الإعدادي

الفصل الدراسي الأول - كرة اليد				
المهارات	اللعبة	إلى	من	الأسبوع
مسك الكرة باليدين والإحساس بالكرة	كرة اليد	9/18	9/14	الأول
مسك الكرة باليدين و الإحساس بالكرة				
استلام الكرة باليدين		9/25	9/21	الثاني
الاستلام بيد واحدة				
التمرير من مستوى الرأس		10/2	9/28	الثالث
التمرير المرتدة				
التمرير من الرسغ		10/9	10/5	الرابع
تنطيط الكرة من الثبات				
تنطيط الكرة من الحركة		10/16	10/12	الخامس
التصويب من الارتكاز (فوق مستوى الرأس)				
التصويب من الارتكاز (مستوى الحوض)		10/23	10/19	السادس
التصويب من الوثب للأمام				
اختبار(1)		10/30	10/26	السابع
التصويب من الوثب للأعلى				
التصويب من السقوط		11/6	11/2	الثامن
الخداع البسيط				
الخداع المركب		11/13	11/9	التاسع
حارس المرمى				
الحركات الدفاعية		11/20	11/16	العاشر
ربط جميع المهارات بشكل ألعاب جماعية				
ربط جميع المهارات بشكل ألعاب جماعية	11/27	11/23	الحادي عشر	
الخطط الدفاعية				
الخطط الهجومية	12/4	11/30	الثاني عشر	
اختبار(2)	12/11	12/7	الثالث عشر	
تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون				
تطبيق جماعي	12/18	12/14	الرابع عشر	
	12/25	12/21	الخامس عشر	

تم تحديد الفترة الزمنية من 7 - 11 سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي