

KINGDOM OF BAHRAIN

Ministry of Education



مَمْلَكَةُ الْبَحْرَيْنِ

وَزَارَةُ التَّربِيَةِ وَالتَّعْلِيمِ

إدارة سياسات وتطوير المناهج
خطة المحتوى الدراسي

الدروس المقررة في مادة التربية الرياضية للفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٢٦ - ٢٠٢٧ م

وزارة التربية والتعليم – الفصل الدراسي الأول ٢٠٢٦-٢٠٢٧ م



الخطة العامة للمحتوى 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	الحافطة 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	الحافطة 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	
كرة اليد	ألعاب القوى	كرة القدم	جمباز	الصف الأول الإعدادي	الحافطة 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				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩/١٣	٩/١٧	الحركات الأساسية والجمباز	التشكيلات (قاطرات / صف / دائرة / مربع ناقص ضلع / انتشار (حر، منظم))
الثاني	٩/ ٢٠	٩/ ٢٤		الحركة ضمن الفراغ المكاني (قصة حركية / ألعاب صغيرة)
الثالث	٩/ ٢٧	١٠ / ١		الأدوات واستخداماتها (الأداة / الحجم / الشكل / الاستخدامات)
الرابع	١٠ / ٤	١٠ / ٨		المشي (على خط مستقيم - على خط متعرج - على الأمشاط - على العقبين) / الجري
الخامس	١٠ / ١١	١٠ / ١٥		الحجل / الوثب / زحف / المشي على أربع
السادس	١٠ / ١٨	١٠ / ٢٢		الدوران / التكور / الامتداد
السابع	١٠ / ٢٥	١٠ / ٢٩		الجنو / جلوس التربع / الانبطاح / الرقود
الثامن	١١ / ١	١١ / ٥		التوازن من الثبات (الميزان العالي / الميزان المنخفض)
التاسع	١١ / ٨	١١ / ١٢		التوازن من الحركة (المشي على الخط / المقعد السويدي/ عارضة)
العاشر	١١ / ١٥	١١ / ١٩		الدرجة الجانبية (المتكورة / المستقيمة)
الحادي عشر	١١ / ٢٢	١١ / ٢٦		الدرجة الأمامية المتكورة
الثاني عشر	١١ / ٢٩	١٢ / ٣		جملة فنية (مكونة من خط)
الثالث عشر	١٢ / ٦	١٢ / ١٠		جملة فنية (مكونة من خطين)
الرابع عشر	١٢ / ١٣	١٢ / ١٧	ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	اختبار (١)
الخامس عشر	١٢ / ٢٠	١٢ / ٢٤		الفراغ المكاني - المطاردة (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
				الإحساس بأنواع الكرات
				الزحقة / الزحف (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
			ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	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 والرمي
				اختبار (٢)
				المطاردة والركل
				مباراة مصغرة
				حصص تعويضية

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثاني الابتدائي

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

الفصل الدراسي الأول				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩/١٣	٩/١٧	الحركات الأساسية والجمباز	المشي - الجري - الدرجة الأمامية المتكورة
				الحجل - الوثب - الزحف - المشي على أربع - الدرجة الأمامية المتكورة
الثاني	٩/٢٠	٩/٢٤		التوازن - الجثو - الانبطاح - الدرجة الجانبية
				الدرجة الخلفية المتكورة
الثالث	٩/٢٧	١٠/١		الجري - مشي التوازن - الدوران - الدرجة الخلفية المتكورة
				الدرجة الأمامية فتحاً
الرابع	١٠/٤	١٠/٨		مشي التوازن - الوثب بالقدمين - الدرجة الأمامية المتكورة/فتحاً
				الدرجة الخلفية فتحاً
الخامس	١٠/١١	١٠/١٥		الجري - مشي التوازن - الدوران - الدرجة الخلفية المتكورة/فتحاً
				جملة حركية (الميزان الأمامي - الدرجة الأمامية والخلفية المتكورة)
السادس	١٠/١٨	١٠/٢٢		جملة حركية من خط (تشمل جميع المهارات التي تم تعلمها)
				جملة حركية من خطين (تشمل جميع المهارات التي تم تعلمها)
السابع	١٠/٢٥	١٠/٢٩	ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة القدم	اختبار (١)
الثامن	١١/١	١١/٥		ألعاب تمهيدية في كرة القدم
				الإحساس بالكرة
التاسع	١١/٨	١١/١٢		الجري بالكرة
				التمرير (بوجه القدم)
العاشر	١١/١٥	١١/١٩		التمرير (بباطن القدم)
				السيطرة على الكرة بأسفل القدم
الحادي عشر	١١/٢٢	١١/٢٦		ربط مهارتي الجري بالكرة والتمرير (بباطن وجه القدم)
				التصويب
الثاني عشر	١١/٢٩	١٢/٣		ألعاب تنافسية (جري بالكرة + التمرير)
				ألعاب تنافسية (جري بالكرة + التصويب)
الثالث عشر	١٢/٦	١٢/١٠		اختبار (٢)
الرابع عشر	١٢/١٣	١٢/١٧		تطبيقات مباراة مصغرة
الخامس عشر	١٢/٢٠	١٢/٢٤		حصص تعويضية

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثالث الابتدائي

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

الفصل الدراسي الأول				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩ / ١٣	٩ / ١٧	الجمباز	مراجعة الدرجة الأمامية (المتكورة - فتحاً)
				مراجعة الدرجة الخلفية (المتكورة - فتحاً)
الثاني	٩ / ٢٠	٩ / ٢٤		مراجعة الدرجة الجانبية والدرجة الأمامية والخلفية المتكورة وفتحاً
				الوقوف على الكتفين
الثالث	٩ / ٢٧	١٠ / ١		الوقوف على الكتفين
				الوقوف على الرأس
الرابع	١٠ / ٤	١٠ / ٨		الوقوف على الرأس
				الوقوف على الرأس
الخامس	١٠ / ١١	١٠ / ١٥		العجلة الجانبية
				العجلة الجانبية
السادس	١٠ / ١٨	١٠ / ٢٢		العجلة الجانبية
				ربط بعض المهارات
السابع	١٠ / ٢٥	١٠ / ٢٩		اختبار (١)
الثامن	١١ / ١	١١ / ٥	ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة السلة	الإحساس بالكرة
				مسك الكرة باليدين
التاسع	١١ / ٨	١١ / ١٢		التمرير والاستلام
				ألعاب صغيرة (التمرير)
العاشر	١١ / ١٥	١١ / ١٩		التنطيط
				ألعاب صغيرة (التنطيط)
الحادي عشر	١١ / ٢٢	١١ / ٢٦		التصويب
				ألعاب صغيرة (التصويب)
الثاني عشر	١١ / ٢٩	١٢ / ٣		ربط مهارة التنطيط والتمرير والتصويب
				ربط مهارة التنطيط والتمرير والتصويب
الثالث عشر	١٢ / ٦	١٢ / ١٠		اختبار (٢)
الرابع عشر	١٢ / ١٣	١٢ / ١٧		تطبيق مهارات كرة السلة في شكل مسابقات
الخامس عشر	١٢ / ٢٠	١٢ / ٢٤		حصص تعويضية

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ 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	٩/١٣	٩/١٧	الجمباز	مراجعة الوقوف على الكتفين
				مراجعة الوقوف على الرأس
الثاني	٩/٢٠	٩/٢٤		مراجعة العجلة الجانبية
				الوقوف على اليدين
الثالث	٩/٢٧	١٠/١		الوقوف على اليدين
				الدرجة الامامية من وضع الوقوف على اليدين.
الرابع	١٠/٤	١٠/٨		الدرجة الامامية من وضع الوقوف على اليدين.
				العجلة الجانبية مع ربع لفة
الخامس	١٠/١١	١٠/١٥		العجلة الجانبية مع ربع لفة
				العجلة الجانبية مع ربع لفة
السادس	١٠/١٨	١٠/٢٢		العجلة الجانبية مع ربع لفة متبوعة بدرجة خلفية متكورة
				العجلة الجانبية مع ربع لفة متبوعة بدرجة خلفية متكورة
السابع	١٠/٢٥	١٠/٢٩		اختبار (١)
الثامن	١١/١	١١/٥	كرة القدم	مراجعة ما سبق تعلمه
				الجري بالكرة
التاسع	١١/٨	١١/١٢		تمرير الكرة بباطن القدم و خارج القدم
				السيطرة على الكرة بباطن القدم و خارج القدم
العاشر	١١/١٥	١١/١٩		ربط مهارات (الجري بالكرة + التمرير + السيطرة)
				التصويب بكرة القدم
الحادي عشر	١١/٢٢	١١/٢٦		ربط مهارات (التصويب + السيطرة + التمرير)
				حجز الكرة و حمايتها
الثاني عشر	١١/٢٩	١٢/٣		الخداع
				ربط مهارتي (الخداع و التصويب)
الثالث عشر	١٢/٦	١٢/١٠		اختبار (٢)
الرابع عشر	١٢/١٣	١٢/١٧		ألعاب تنافسية باستخدام كرة القدم
الخامس عشر	١٢/٢٠	١٢/٢٤		مهرجان لكرة القدم للصغار

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الخامس الابتدائي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	ألعاب المضرب (تنس الطاولة)
	الثانية	كرة السلة

الفصل الدراسي الأول - ألعاب المضرب (تنس الطاولة) + كرة السلة				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩/١٣	٩/١٧	ألعاب المضرب – تنس الطاولة	مسك المضرب (مسكة المصافحة)
				التحكم والسيطرة ١
الثاني	٩/٢٠	٩/٢٤		التحكم والسيطرة ٢
				وقفة الاستعداد (الهجومية والدفاعية)
الثالث	٩/٢٧	١٠/١		حركات القدمين
				الارسال (العلوي بالوجه الامامي للمضرب)
الرابع	١٠/٤	١٠/٨		الارسال (العلوي بالوجه الخلفي للمضرب)
				الضربة الامامية (١)
الخامس	١٠/١١	١٠/١٥		الضربة الامامية (٢)
				الضربة الخلفية (١)
السادس	١٠/١٨	١٠/٢٢		الضربة الخلفية (٢)
				تطبيقات وشرح مبسط للقانون
السابع	١٠/٢٥	١٠/٢٩	كرة السلة	اختبار (١)
الثامن	١١/١	١١/٥		الإحساس بالكرة
				تنطيط الكرة باليدين من الثبات ومن الحركة
التاسع	١١/٨	١١/١٢		التمريرة الصدرية
				التمريرة المرتدة
العاشر	١١/١٥	١١/١٩		التمريرة من فوق الرأس
				ربط التنطيط و التمرير
الحادي عشر	١١/٢٢	١١/٢٦		التصويب من الثبات
				ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصويب
الثاني عشر	١١/٢٩	١٢/٣		ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصويب
				تحركات القدمين الدفاعية (سلي) ضد تنطيط الكرة
الثالث عشر	١٢/٦	١٢/١٠		اختبار (٢)
الرابع عشر	١٢/١٣	١٢/١٧		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)
الخامس عشر	١٢/٢٠	١٢/٢٤		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الخامس الابتدائي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	ألعاب المضرب (الريشة الطائرة)
	الثانية	كرة السلة

الفصل الدراسي الأول - ألعاب المضرب (الريشة الطائرة) + كرة السلة				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩ / ١٣	٩ / ١٧	ألعاب المضرب – الريشة الطائرة	المسكات الأساسية (القبضة الأمامية/الخلفية)
الثاني	٩ / ٢٠	٩ / ٢٤		وقفة الاستعداد + التحرك بالملعب
الثالث	٩ / ٢٧	١٠ / ١		الارسال الامامي القصير + الطويل
الرابع	١٠ / ٤	١٠ / ٨		الارسال الخلفي القصير + الطويل
الخامس	١٠ / ١١	١٠ / ١٥		ضربة الشبكة والطعن ١
السادس	١٠ / ١٨	١٠ / ٢٢		ضربة الشبكة والطعن ٢
السابع	١٠ / ٢٥	١٠ / ٢٩		ألعاب مراجعة
الثامن	١١ / ١	١١ / ٥		ضربات التخليص الأمامية
التاسع	١١ / ٨	١١ / ١٢		مهارة الرفع من الوجه الامامي من المضرب
العاشر	١١ / ١٥	١١ / ١٩		مهارة الرفع من الوجه الخلفي من المضرب
الحادي عشر	١١ / ٢٢	١١ / ٢٦		المنافسات
الثاني عشر	١١ / ٢٩	١٢ / ٣		المنافسات
الثالث عشر	١٢ / ٦	١٢ / ١٠	كرة السلة	اختبار (١)
الرابع عشر	١٢ / ١٣	١٢ / ١٧		الإحساس بالكرة
الخامس عشر	١٢ / ٢٠	١٢ / ٢٤		تنطيط الكرة باليدين من الثبات ومن الحركة
				التمريرة الصدرية
				التمريرة المرتدة
			كرة السلة	التمريرة من فوق الرأس
				ربط التنطيط و التمرير
				التصويب من الثبات
				ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصويب
				ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصويب
				تحركات القدمين الدفاعية (سلمي) ضد تنطيط الكرة
				اختبار (٢)
				تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)
				تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف السادس

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	كرة القدم
	الثانية	كرة اليد

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩/١٣	٩/١٧	كرة القدم	مراجعته ما سبق تعلمه
الثاني	٩/ ٢٠	٩/ ٢٤		الجري بالكرة
الثالث	٩/ ٢٧	١٠/ ١		تمرير الكرة الثابتة و المتحركة
الرابع	١٠/ ٤	١٠/ ٨		السيطرة على الكرة بباطن القدم و خارج القدم
الخامس	١٠/ ١١	١٠/ ١٥		التمرير و السيطرة
السادس	١٠/ ١٨	١٠/ ٢٢		السيطرة (امتصاص الكرة بالفخذ)
السابع	١٠/ ٢٥	١٠/ ٢٩		ضرب الكرة بالرأس
الثامن	١١/ ١	١١/ ٥		التصويب من الجري
التاسع	١١/ ٨	١١/ ١٢		ربط المهارات (التمرير + السيطرة + التصويب)
العاشر	١١/ ١٥	١١/ ١٩		حجز الكرة و حمايتها
الحادي عشر	١١/ ٢٢	١١/ ٢٦		المراوغة في كرة القدم
الثاني عشر	١١/ ٢٩	١٢/ ٣		مباريات مصغرة في كرة القدم
الثالث عشر	١٢/ ٦	١٢/ ١٠	كرة اليد	اختبار (١)
الرابع عشر	١٢/ ١٣	١٢/ ١٧		الرمي واللقف
الخامس عشر	١٢/ ٢٠	١٢/ ٢٤		استلام الكرة باليدين
				التمرير من مستوى الرأس
				التمرير من مستوى الرأس
			كرة اليد	تنظيم الكرة من الثبات و الحركة
				تنظيم الكرة من الثبات و الحركة
				التصويب من الثبات
				التصويب من الثبات
				التصويب من الوثب للأمام
				التصويب من الوثب للأمام
				اختبار (٢)
			كرة اليد	حارس المرمى
				تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الأول الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	الجمباز
	الثانية	كرة القدم

الفصل الدراسي الأول				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩/١٣	٩/١٧	الجمباز	الدرجة الأمامية المستقيمة
				الدرجة الأمامية المستقيمة
الثاني	٩/٢٠	٩/٢٤		الدرجة الخلفية المتكورة
				درجة خلفية مستقيمة
الثالث	٩/٢٧	١٠/١		درجة خلفية مستقيمة
الرابع	١٠/٤	١٠/٨		الوقوف على اليدين
				الشقبة الأمامية على اليدين
				الشقبة الأمامية على اليدين
الخامس	١٠/١١	١٠/١٥		الشقبة الأمامية على اليدين
				ربط المهارات
السادس	١٠/١٨	١٠/٢٢		جملة حركية
				جملة حركية
السابع	١٠/٢٥	١٠/٢٩	كرة القدم	اختبار (١)
الثامن	١١/١	١١/٥		مراجعة ما سبق تعلمه
				الجري بالكرة
التاسع	١١/٨	١١/١٢		السيطرة على الكرة والتمرير
				الجري + التمرير + التصويب
العاشر	١١/١٥	١١/١٩		الخداع (بسيط + مركب)
				الخداع و التصويب
الحادي عشر	١١/٢٢	١١/٢٦		ضرب الكرة بالرأس
				السيطرة-امتصاص الكرة (بالفخذ+ بالصدر)
الثاني عشر	١١/٢٩	١٢/٣		رمية التماس
				حراسة المرمى (مسك الكرة)
الثالث عشر	١٢/٦	١٢/١٠		اختبار (٢)
الرابع عشر	١٢/١٣	١٢/١٧		ألعاب تنافسية

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثاني الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	ألعاب المضرب (تنس الطاولة)
	الثانية	كرة السلة

الفصل الدراسي الأول ألعاب المضرب (تنس الطاولة) + كرة السلة				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩ / ١٣	٩ / ١٧	ألعاب المضرب – تنس الطاولة	مسك المضرب (مسكة المصافحة - مسكة القلم)
الثاني	٩ / ٢٠	٩ / ٢٤		التحكم والسيطرة
الثالث	٩ / ٢٧	١٠ / ١		وقفة الاستعداد - حركات القدمين
الرابع	١٠ / ٤	١٠ / ٨		الارسلال (العلوي بالوجه الامامي والخلفي)
الخامس	١٠ / ١١	١٠ / ١٥		الضربة الامامية
السادس	١٠ / ١٨	١٠ / ٢٢		الضربة الخلفية
السابع	١٠ / ٢٥	١٠ / ٢٩		ربط الارسلال بنوعيه مع الضربة الامامية والخلفية
الثامن	١١ / ١	١١ / ٥		الدفع الخلفي
التاسع	١١ / ٨	١١ / ١٢		الدفع الامامي
العاشر	١١ / ١٥	١١ / ١٩		الضرب الساحق
الحادي عشر	١١ / ٢٢	١١ / ٢٦	كرة السلة	تطبيقات على اللعب الفردي وشرح مبسط للقانون
الثاني عشر	١١ / ٢٩	١٢ / ٣		تطبيقات على اللعب الزوجي وشرح مبسط للقانون
الثالث عشر	١٢ / ٦	١٢ / ١٠		اختبار (١)
الرابع عشر	١٢ / ١٣	١٢ / ١٧		الإحساس بالكرة
				التنطيط
				مراجعة أنواع التمرير (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)
				مراجعة أنواع التمرير (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)
			كرة السلة	التمريرة المرتدة بيد واحدة
				التصويب من الوثب والوثب
				التصويبة السلمية
				مراجعة التصويب وربطه بمهارة التنطيط والتمرير
				مراجعة التصويب وربطه بمهارة التنطيط والتمرير
				المتابعة الدفاعية والمتابعة الهجومية
				اختبار (٢)
				تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثاني الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	ألعاب المضرب (الريشة الطائرة)
	الثانية	كرة السلة

الفصل الدراسي الأول - ألعاب المضرب (الريشة الطائرة) + كرة السلة				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩ / ١٣	٩ / ١٧	ألعاب المضرب – الريشة الطائرة	ألعاب ديناميكية لحركة اليد + القانون الاساسي للعب
الثاني	٩ / ٢٠	٩ / ٢٤		المسكات الاساسية
الثالث	٩ / ٢٧	١٠ / ١		التحركات في مراكز اللعب
الرابع	١٠ / ٤	١٠ / ٨		الارسال الامامي القصير والطويل
الخامس	١٠ / ١١	١٠ / ١٥		الارسال الخلفي القصير والطويل
السادس	١٠ / ١٨	١٠ / ٢٢		السحب من منتصف الملعب
السابع	١٠ / ٢٥	١٠ / ٢٩		مهارات الرفع بالوجه (الأمامي والخلفي)
الثامن	١١ / ١	١١ / ٥		ضربة الشبكية
التاسع	١١ / ٨	١١ / ١٢		ضربة الاسقاط
العاشر	١١ / ١٥	١١ / ١٩		ضربات التخليص الامامية
الحادي عشر	١١ / ٢٢	١١ / ٢٦		منافسات فردية بنقاط محددة
الثاني عشر	١١ / ٢٩	١٢ / ٣		منافسات زوجية بنقاط محددة
الثالث عشر	١٢ / ٦	١٢ / ١٠	كرة السلة	اختبار (١)
الرابع عشر	١٢ / ١٣	١٢ / ١٧		الإحساس بالكرة
				التنطيط
				مراجعة أنواع التمرير (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)
			كرة السلة	مراجعة أنواع التمرير (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)
				التمريرة المرتدة بيد واحدة
				التصويب من الوثب والثبات
				التصويبة السلمية
				مراجعة التصويب وربطه بمهارة التنطيط والتمرير
				مراجعة التصويب وربطه بمهارة التنطيط والتمرير
				المتابعة الدفاعية والمتابعة الهجومية
				اختبار (٢)
				تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثاني الإعدادي (برنامج البكالوريا الدولية)

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	ألعاب المضرب (تنس الطاولة)
	الثانية	كرة السلة

الفصل الدراسي الأول ألعاب المضرب (تنس الطاولة) + كرة السلة				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩ / ١٣	٩ / ١٧	ألعاب المضرب – تنس الطاولة	مسك المضرب (مسكة المصافحة - مسكة القلم)
				التحكم والسيطرة
الثاني	٩ / ٢٠	٩ / ٢٤		وقفة الاستعداد - حركات القدمين
				الارسلال (العلوي بالوجه الامامي والخلفي)
الثالث	٩ / ٢٧	١٠ / ١		الضربة الامامية
				الضربة الخلفية
الرابع	١٠ / ٤	١٠ / ٨		ربط الارسلال بنوعيه مع الضربة الامامية والخلفية
				الدفع الخلفي
الخامس	١٠ / ١١	١٠ / ١٥		الدفع الامامي
				الضرب الساحق
السادس	١٠ / ١٨	١٠ / ٢٢		تطبيقات على اللعب الفردي و الزوجي وشرح مبسط للقانون
السابع	١٠ / ٢٥	١٠ / ٢٩		شرح الجزء النظري للثقافة الصحية
				اختبار (١)
الثامن	١١ / ١	١١ / ٥	كرة السلة	الإحساس بالكرة - التنطيط
				مراجعة أنواع التمرير (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)
التاسع	١١ / ٨	١١ / ١٢		التمريرة المرتدة بيد واحدة
				التصويب من الوثب والثبات
العاشر	١١ / ١٥	١١ / ١٩		التصويبة السلمية
				مراجعة التصويب وربطه بمهارة التنطيط والتمرير
الحادي عشر	١١ / ٢٢	١١ / ٢٦		مراجعة التصويب وربطه بمهارة التنطيط والتمرير
				المتابعة الدفاعية والمتابعة الهجومية
الثاني عشر	١١ / ٢٩	١٢ / ٣		شرح الجزء النظري للثقافة الصحية
				عرض المشاريع
الثالث عشر	١٢ / ٦	١٢ / ١٠		اختبار (٢)
الرابع عشر	١٢ / ١٣	١٢ / ١٧		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثاني الإعدادي (برنامج البكالوريا الدولية)

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	ألعاب المضرب (الريشة الطائرة)
	الثانية	كرة السلة

الفصل الدراسي الأول - ألعاب المضرب (الريشة الطائرة) + كرة السلة				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩/١٣	٩/١٧	ألعاب المضرب – الريشة الطائرة	ألعاب ديناميكية لحركة اليد + القانون الاساسي للعب
				المسكات الاساسية
الثاني	٩/ ٢٠	٩/ ٢٤		التحركات في مراكز اللعب
				الارسال الامامي القصير والطويل
الثالث	٩/ ٢٧	١٠ / ١		الارسال الخلفي القصير والطويل
				السحب من منتصف الملعب
الرابع	١٠ / ٤	١٠ / ٨		مهارات الرفع بالوجه (الأمامي والخلفي)
				ضربة الشبكية
الخامس	١٠ / ١١	١٠ / ١٥		ضربة الاسقاط
				ضربات التخليص الامامية
السادس	١٠ / ١٨	١٠ / ٢٢		منافسات فردية وزوجية بنقاط محددة
				شرح الجزء النظري للثقافة الصحية
السابع	١٠ / ٢٥	١٠ / ٢٩		اختبار (١)
الثامن	١١ / ١	١١ / ٥	كرة السلة	الإحساس بالكرة - التنطيط
				مراجعة أنواع التمرير (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)
التاسع	١١ / ٨	١١ / ١٢		التمريرة المرتدة بيد واحدة
				التصويب من الوثب والثبات
العاشر	١١ / ١٥	١١ / ١٩		التصويبة السلمية
				مراجعة التصويب وربطه بمهارة التنطيط والتمرير
الحادي عشر	١١ / ٢٢	١١ / ٢٦		مراجعة التصويب وربطه بمهارة التنطيط والتمرير
				المتابعة الدفاعية والمتابعة الهجومية
الثاني عشر	١١ / ٢٩	١٢ / ٣		شرح الجزء النظري للثقافة الصحية
				عرض المشاريع
الثالث عشر	١٢ / ٦	١٢ / ١٠		اختبار (٢)
الرابع عشر	١٢ / ١٣	١٢ / ١٧		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثالث الإعدادي

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

الفصل الدراسي الأول - كرة القدم				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩ / ١٣	٩ / ١٧	كرة القدم	مراجعة ما سبق تعلمه
				مراجعة ما سبق تعلمه
الثاني	٩ / ٢٠	٩ / ٢٤		الجري بالكرة بداخل القدم
				الجري بالكرة بخارج القدم
الثالث	٩ / ٢٧	١٠ / ١		التمرير القصير
				التمرير الطويل
الرابع	١٠ / ٤	١٠ / ٨		تطبيقات على التمرير
				السيطرة (بباطن القدم - بخارج القدم)
الخامس	١٠ / ١١	١٠ / ١٥		امتصاص الكرة (بالفخذ - بالصدر)
				تطبيقات على السيطرة والامتصاص
السادس	١٠ / ١٨	١٠ / ٢٢		المراوغة (الخداع المركب)
				التصويب
السابع	١٠ / ٢٥	١٠ / ٢٩		اختبار (١)
الثامن	١١ / ١	١١ / ٥		ربط المهارات
				ربط المهارات
التاسع	١١ / ٨	١١ / ١٢		الركلات الثابتة (الركلة الركنية- ركلة الجزاء)
				رمية التماس
العاشر	١١ / ١٥	١١ / ١٩		حراسة المرمى (مسك الكرة المنخفضة)
				حراسة المرمى (مسك الكرة العالية)
الحادي عشر	١١ / ٢٢	١١ / ٢٦		العاب تنافسية (حيازة الكرة - فقدان الكرة)
				العاب تنافسية (حيازة الكرة - فقدان الكرة)
الثاني عشر	١١ / ٢٩	١٢ / ٣		ألعاب تنافسية (الربط بين المهارات)
				ألعاب تنافسية (الربط بين المهارات)
الثالث عشر	١٢ / ٦	١٢ / ١٠		اختبار (٢)
الرابع عشر	١٢ / ١٣	١٢ / ١٧		مباريات مصغرة

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثالث الإعدادي

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

الفصل الدراسي الأول - كرة اليد				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	٩/١٣	٩/١٧	كرة اليد	مسك الكرة باليدين والإحساس بالكرة
				مسك الكرة باليدين و الإحساس بالكرة
الثاني	٩/ ٢٠	٩/ ٢٤		استلام الكرة باليدين
				استلام الكرة بيد واحدة
الثالث	٩/ ٢٧	١٠ / ١		التمرير من مستوى الرأس
				التمريرة المرتدة
الرابع	١٠ / ٤	١٠ / ٨		التمرير من الرسغ
				تنطيط الكرة من الثبات
الخامس	١٠ / ١١	١٠ / ١٥		تنطيط الكرة من الحركة
				التصويب من الارتكاز (فوق مستوى الرأس)
السادس	١٠ / ١٨	١٠ / ٢٢		التصويب من الارتكاز (مستوى الحوض)
				التصويب من الوثب للأمام
السابع	١٠ / ٢٥	١٠ / ٢٩		اختبار (١)
				التصويب من الوثب للأعلى
الثامن	١١ / ١	١١ / ٥		التصويب من السقوط
				الخداع البسيط
التاسع	١١ / ٨	١١ / ١٢		الخداع المركب
				حركات حارس المرمى
العاشر	١١ / ١٥	١١ / ١٩		الحركات الدفاعية
الحادي عشر	١١ / ٢٢	١١ / ٢٦		ربط جميع المهارات بشكل ألعاب جماعية
				ربط جميع المهارات بشكل ألعاب جماعية
الثاني عشر	١١ / ٢٩	١٢ / ٣		الخطط الدفاعية
				الخطط الهجومية
الثالث عشر	١٢ / ٦	١٢ / ١٠		اختبار (٢)
الرابع عشر	١٢ / ١٣	١٢ / ١٧		تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون

تم تحديد الفترة الزمنية من ٦ - ١٠ سبتمبر لتنفيذ الإجراءات الخاصة بسجل الطالب الرياضي