



إدارة سياسات وتطوير المناهج  
خطة المحتوى الدراسي

# الدروس المقررة في مادة التربية الرياضية للفصل الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦ 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	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
الثاني	الثالثة	الحركات الأساسية ومسابقات التتابع
	الرابعة	الألعاب الصغيرة المرتبطة بالألعاب الجماعية

### الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	الحركات الأساسية ومسابقات التتابع	التشكيلات / الأدوات الرياضية
				المشي والعدو/المطاردة (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
الثاني	2/ 8	2/12		المشي / الجري / سباقات
				السحب / الدفع
الثالث	2/15	2/ 19		الرمي باتجاه الهدف
				الرمي من وضع الجثو / الوقوف
الرابع	2/ 22	2/26		الجري مع الاستكشاف لمسافة من 50 م إلى 100 م
				الحجل / الوثب (بالقدمين -بقدم واحدة)
الخامس	3/1	3/ 5		الحجل / الوثب (باستخدام الأداة - حر)
				الجري مع تخطي الحواجز
السادس	3/8	3/12		ألعاب الموانع
				تطبيقات ومسابقات
السابع	3/ 15	3/ 19	ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	اختبار (1)
الثامن	3/ 22	3/ 26		المشي والعدو/المطاردة (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
				المشي والجري الرمي واللقف (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
التاسع	3/ 29	4/2		المشي والجري والضرب (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
				التمرير (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
العاشر	4/5	4/ 9		التنطط (من خلال لعبة أو قصة حركية)
				التصويب باليد (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
الحادي عشر	4/12	4/ 16		المشي والجري الضرب (من خلال لعبة أو قصة حركية)
				المشي والجري الركل (من خلال لعبة أو قصة حركية)
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23		سباقات وتتابعات (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
				المطاردة + الركل + الرمي من خلال لعبة أو تدريب
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30		اختبار (2)
				لعبة مصغرة تتضمن مهارات الرمي أو الركل أو الضرب باليد أو الأداة أو
الرابع عشر	5/3	5/7		التصويب باليد أو التصويب بالرجل
				ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14		حصص تعويضية

## الصف الثاني الابتدائي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	الحركات الأساسية وسباقات التتابع
	الرابعة	الألعاب الصغيرة المرتبطة بكرة اليد

الفصل الدراسي الثاني				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	الحركات الأساسية وسباقات التتابع	البداية العالي
				الجري مع الاستكشاف لمسافة من 80 إلى 100 م
الثاني	2/ 8	2/12		التتابع
الثالث	2/15	2/ 19		الوثب لأعلى
				الوثب بالقدمين/ الحجل
				الوثب بقدم واحدة
الرابع	2/ 22	2/26		الوثب الطويل
				رمي الكرة للخلف من فوق الرأس
الخامس	3/1	3/ 5		الرمي لأبعد مسافة باتجاه هدف
				العدو/ العدو المتعرج
السادس	3/8	3/12		ألعاب موانع
				مهرجان
السابع	3/15	3/ 19		اختبار (1)
الثامن	3/ 22	3/ 26	ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة اليد	المطاردة
				ألعاب باستخدام كرات اليد
التاسع	3/ 29	4/2		الإحساس بالأداء
				التحكم بالكرة
العاشر	4/5	4/ 9		الرمي واللقف
				التمرير
الحادي عشر	4/12	4/ 16		التنطيط
				التصويب
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23		ربط مهارتي التمرير والتنطيط والتصويب
				تصويب كرات مختلفة
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30		اختبار (2)
				ربط المهارات بشكل ألعاب مصغره
الرابع عشر	5/3	5/7		مهرجان بكرة اليد للصغار
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14		ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة

## الصف الثالث الابتدائي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى للصغار
	الرابعة	الألعاب الصغيرة المرتبطة بكرة الطائرة

الفصل الدراسي الثاني				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	ألعاب القوى للصغار	الجري مع الاستكشاف لمسافة من 150 م إلى 200 م
الثاني	2/ 8	2/12		البدء المنخفض
				التتابع
الثالث	2/15	2/ 19		الجري مع تخطي الحواجز
				الوثب من الثبات
الرابع	2/ 22	2/26		الوثب الطويل
				الوثب العالي
الخامس	3/1	3/ 5		الرمي باتجاه الهدف
				الدفع باتجاه الهدف
السادس	3/8	3/12		الرمي من الدوران
				ألعاب موانع
السابع	3/15	3/ 19		مهرجان
				اختبار (1)
الثامن	3/ 22	3/ 26		ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة الطائرة
التاسع	3/ 29	4/2	ألعاب الرمي واللقف	
			تنطيط الكرة	
العاشر	4/5	4/ 9	دحرجة الكرة	
			ألعاب التمرير من اسفل	
الحادي عشر	4/12	4/ 16	ألعاب التمرير من اسفل	
			ألعاب التمرير من اعلى	
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23	ألعاب التمرير من اعلى	
			ألعاب الارسال من اسفل	
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30	ألعاب الارسال من اسفل	
			اختبار (2)	
الرابع عشر	5/3	5/7	منافسات 4*4	
			مهرجان كرة الطائرة	
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14	ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة	

## الصف الرابع الابتدائي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	كرة اليد

الفصل الدراسي الثاني				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	ألعاب القوى	الجري مع الاستكشاف لمسافة من 300 م إلى 500 م
الثاني	2/ 8	2/12		العدو
الثالث	2/15	2/ 19		التتابع
الرابع	2/ 22	2/26		ألعاب الموانع
الخامس	3/1	3/ 5		الجري مع تخطي الحواجز
السادس	3/8	3/12		الوثب الطويل
السابع	3/15	3/ 19		الوثب العالي
الثامن	3/ 22	3/ 26		الوثب العالي
التاسع	3/ 29	4/2		الدفع من الدوران
العاشر	4/5	4/ 9		الرمي من الدوران
الحادي عشر	4/12	4/ 16		مهرجان
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23		مهرجان
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30		اختبار (1)
الرابع عشر	5/3	5/7	كرة اليد	الإحساس بالكرة
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14		الرمي واللقف
				التقاط الكرة المتدحرجة على الأرض
				استلام ومسك الكرة باليدين
				التمرير والاستلام
			كرة اليد	تطبيقات على تمرير واستلام
				التنطيط
				التنطيط
				التصويب
				تطبيقات على التصويب
				اختبار (2)
				تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون
				مهرجان بكرة اليد للصغار
				ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة

## الصف الخامس الابتدائي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	الكرة الطائرة

الفصل الدراسي الثاني				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	ألعاب القوى	البدء العالي
				البدء المنخفض
الثاني	2/ 8	2/12		سباق التتابع
				سباق الموانع
الثالث	2/15	2/ 19		الجري مع تخطي الحواجز
				الوثب من الثبات
الرابع	2/ 22	2/26		الوثب الطويل
				الوثب العالي
الخامس	3/1	3/ 5		الرمي من الدوران
				الدفع من الدوران
السادس	3/8	3/12		مهرجان - الميدان
				مهرجان - المضمار
السابع	3/15	3/ 19		اختبار (1)
الثامن	3/ 22	3/ 26	الكرة الطائرة	الإحساس بالكرة
				وقفات الاستعداد
التاسع	3/ 29	4/2		التمرير من أسفل
				التمرير من أسفل
العاشر	4/5	4/ 9		التمرير من أعلى
				التمرير من أعلى
الحادي عشر	4/12	4/ 16		الارسال من أسفل مواجه
				الارسال من أعلى
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23		ربط التمرير من أسفل بالتمرير من أعلى
				ربط الارسال والتمرير من أسفل
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30		اختبار (2)
				قانون اللعبة بشكل مبسط
الرابع عشر	5/3	5/7		ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14		حصص تعويضية

## الصف السادس الابتدائي

الوحدة	أسم الوحدة	الفصل
الثالثة	كرة السلة	الثاني
الرابعة	الكرة الطائرة	

### الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	كرة السلة	تنطيط الكرة
الثاني	2/ 8	2/12		تطبيقات التنطيط
				التمريرة الصدرية
				التمريرة المرتدة
الثالث	2/15	2/ 19		التمريرة من فوق الرأس
				التمريرة الكتفية
الرابع	2/ 22	2/26		التصويب من الثبات
				التصويب من الوثب
الخامس	3/1	3/ 5		التصويبة السلمية
				التصويبة السلمية
السادس	3/8	3/12		ربط مهارات التمرير والتصويب والتنطيط
				تطبيقات
السابع	3/15	3/ 19		اختبار (1)
الكرة الطائرة	3/ 22	3/ 26		التمرير من اسفل
			التمرير من اعلى	
	3/ 29	4/2	الارسال من اسفل	
			الارسال من اعلى	
	4/5	4/ 9	ربط الارسال مع التمرير من اسفل + اعلى	
			الضرب الساحق	
	4/12	4/ 16	الضرب الساحق	
			الصد الفردي	
	4/ 19	4/ 23	الصد الفردي	
			تشكيلات الدفاع	
	الثالث عشر	4/ 26	4/ 30	اختبار (2)
	الرابع عشر	5/3	5/7	قانون كرة الطائرة
				ألعاب تنافسية ربط المهارات
	الخامس عشر	5/ 10	5/ 14	ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة



## الصف الأول الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	كرة اليد

الفصل الدراسي الثاني				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	ألعاب القوى	عدو مسافة 50 متر
				عدو مسافة 100 متر
الثاني	2/ 8	2/12		جري مسافة 400 متر
				عدو حواجز مسافة 50 متر
الثالث	2/15	2/ 19		عدو حواجز مسافة 50 متر
				عدو حواجز مسافة 50 متر
الرابع	2/ 22	2/26		سباق التتابع
				سباق التتابع
الخامس	3/1	3/ 5		الوثب الطويل
				الوثب العالي
السادس	3/8	3/12		رمي القرص
				منافسات
السابع	3/15	3/ 19		اختبار (1)
الثامن	3/ 22	3/ 26	كرة اليد	الإحساس بالكرة
				التمرير والاستلام
التاسع	3/ 29	4/2		استلام الكرة بيد واحدة
				التمريرة المرتدة
العاشر	4/5	4/ 9		التنظيم من الحركة
				التصويب من الارتكاز (مستوى فوق الرأس)
الحادي عشر	4/12	4/ 16		التصويب من الارتكاز (مستوى الحوض)
				التصويب من الوثب للأمام
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23		الخداع البسيط
				ربط المهارات بشكل ألعاب جماعية
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30		اختبار (2)
الرابع عشر	5/3	5/7		مهرجان بكرة اليد للصغار
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14		ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة

## الصف الثاني الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	الكرة الطائرة

### الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	ألعاب القوى	جري مسافة 400 متر
				جري التتابع 100×4 متر
				جري التتابع 100×4 متر
الثاني	2/ 8	2/12		الوثب العالي
الثالث	2/15	2/ 19		الوثب العالي
				دفع الجلة
				دفع الجلة
الرابع	2/ 22	2/26		رمي القرص
				رمي القرص
الخامس	3/1	3/ 5		منافسات في دفع الجلة / رمي القرص
				منافسات الوثب العالي
				مهرجان
السابع	3/15	3/ 19		اختبار (1)
الثامن	3/ 22	3/ 26	الكرة الطائرة	التمرير من أسفل
				التمرير من أعلى
التاسع	3/ 29	4/2		الإرسال من أسفل
				الإرسال من أعلى
العاشر	4/5	4/ 9		الضرب الساحق
				الضرب الساحق
الحادي عشر	4/12	4/ 16		الصد الفردي
				الصد الفردي
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23		منافسات 4×4
				منافسات 6×6
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30		اختبار (2)
الرابع عشر	5/3	5/7		قانون كرة الطائرة - تطبيقات جماعية
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14		ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة

## الصف الثالث الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	اختيار لعبة جماعية
	الرابعة	كرة السلة أو الكرة الطائرة

### الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	الكرة الطائرة	اللعب بالكرة بشكل فردي
				اللعب بالكرة بشكل زوجي
الثاني	2/ 8	2/12		التمرير من أسفل
				التمرير من أسفل مع التحرك
الثالث	2/15	2/ 19		التمرير من الأعلى
				التمرير من الأعلى (الاعداد)
الرابع	2/ 22	2/26		ربط التمرير من أسفل مع الاعداد
				الارسال من الأعلى
الخامس	3/1	3/ 5		الارسال من الأعلى
				ربط الارسال من الأعلى والاستقبال
السادس	3/8	3/12		الضرب الساحق الامامي
				الضرب الساحق الخلفي
السابع	3/15	3/ 19		اختبار (1)
				ربط الارسال، التمرير من أسفل، التمرير من اعلى
الثامن	3/ 22	3/ 26		ربط التمرير من اعلى، الضرب الساحق
				الصد الفردي
التاسع	3/ 29	4/2		الصد الفردي
				ربط التمرير من اعلى، الضرب الساحق، الصد الفردي
العاشر	4/5	4/ 9		ربط الضرب الساحق، الصد الفردي، تغطية الملعب
الحادي عشر	4/12	4/ 16		منافسات 4*4
				منافسات 6*6
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23	الكرة الطائرة	ربط المهارات بشكل العاب جماعية
				ربط المهارات بشكل العاب جماعية
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30		اختبار (2)
الرابع عشر	5/3	5/7		قانون كرة الطائرة - تطبيقات جماعية
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14		ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة

## الصف الثالث الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	اختيار لعبة جماعية
	الرابعة	كرة السلة أو الكرة الطائرة

الفصل الدراسي الثاني				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	2/1	2/ 5	كرة السلة	الإحساس بالكرة
الثاني	2/ 8	2/12		التنظيم
الثالث	2/15	2/ 19		تطبيقات على التنظيم
الرابع	2/ 22	2/26		التمريرة الصدرية
الخامس	3/1	3/ 5		التمريرة المرتدة باليدين
السادس	3/8	3/12		التمريرة المرتدة بيد واحدة
السابع	3/ 15	3 / 19		التمريرة الكتفية
الثامن	3/ 22	3/ 26		التمرير فوق الرأس
التاسع	3/ 29	4/2		تطبيقات على التمرير
العاشر	4/5	4/ 9		ربط مهارات التنظيم والتمرير
الحادي عشر	4/12	4/ 16		الارتكاز والتوقف بعد التمرير والتنظيم
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23		التصويب من الثبات
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30		اختبار (1)
الرابع عشر	5/3	5/7		التصويب من الوثب
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14		التصويبة السلمية
				التصويبة السلمية مع التمرير والتنظيم
				التصويب بمتابعة الكرة المرتدة
				المتابعة الدفاعية والهجومية
				ربط المتابعة الدفاعية مع التنظيم والتمرير والتصويب
				تحركات القدمين
				وقفة الاستعداد الدفاعية وحركات القدمين
				اللعب الدفاعي
				اللعب الهجومي
				اختبار (2)
				تطبيقات مهارات كرة السلة (مباريات مصغرة)
				ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة