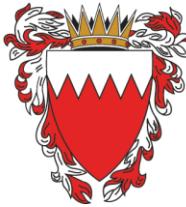


KINGDOM OF BAHRAIN

Ministry of Education



مَلَكَة الْبَحْرَنُ

وَزَارَةُ التَّرَبِيَّةِ وَالْتَّعْلِيمِ

إدارة سياسات وتطوير المناهج  
خطة المحتوى الدراسي

الدّروس المقرّرة في مادّة التربية الرياضية  
للفصل الثاني من العام الدّراسي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦م

وزارة التربية والتعليم – الفصل الدراسي الثاني 2025 / 2026م



## 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	
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	
كرة الطائرة	ألعاب القوى	كرة السلة	ألعاب المضرب (تنس الطاولة أو الريشة الطائرة)	الصف الخامس الابتدائي	
كرة الطائرة	كرة السلة	كرة اليد	كرة القدم	الصف السادس الابتدائي	
كرة اليد	ألعاب القوى	كرة القدم	جمباز	الصف الأول الإعدادي	
كرة الطائرة	ألعاب القوى	كرة السلة	ألعاب المضرب (تنس الطاولة أو الريشة الطائرة)	الصف الثاني الإعدادي	
اختيار لعب جماعية كرة السلة / الكرة الطائرة		اختيار لعب جماعية كرة اليد / كرة القدم		الصف الثالث الإعدادي	

الألعاب  
الجماعية

الألعاب  
الجماعية

الألعاب  
الجماعية

# 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
الحركات الأساسية ومسابقات التتابع	2/ 1	2/ 5		التشكيلات / الأدوات الرياضية
	2/ 8	2/ 12		المشي والعدو/المطاردة (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	2/ 15	2/ 19		المشي/جري/سباقات
	2/ 22	2/ 26		السحب / الدفع
	3/ 1	3/ 5		الرمي باتجاه الهدف
	3/ 8	3/ 12		الرمي من وضع الجثو / الوقوف
	3/ 15	3/ 19		الجري مع الاستكشاف لمسافة من 50 م إلى 100 م
	3/ 22	3/ 26		الحجل / الوثب (بالقدمين -بقدم واحدة)
	3/ 29	4/ 2		الحجل / الوثب ( باستخدام الأداة - حر)
	4/ 5	4/ 9		الجري مع تخطي الحواجز
ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	3/ 22	3/ 26		ألعاب الموانع
	4/ 12	4/ 16		مسابقات ومسابقات
	4/ 19	4/ 23		اختبار (1)
	4/ 26	4/ 30		المشي والعدو/المطاردة (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	5/ 3	5/ 7		المشي والجري الرمي والقف (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	5/ 10	5/ 14		المشي والجري والضرب (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
				التمرير (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
				التنطيط (من خلال لعبة أو قصة حركية)
				التصوير باليد (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
				المشي والجري الضرب (من خلال لعبة أو قصة حركية)
الألعاب الجماعية	4/ 12	4/ 16		المشي والجري الركل (من خلال لعبة أو قصة حركية)
	4/ 19	4/ 23		مسابقات وتابعات (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	4/ 26	4/ 30		المطاردة + الركل + الرمي من خلال لعبة أو تدريب
				اختبار (2)
				لعبة مصغرة تتضمن مهارات الرمي أو الركل أو الضرب باليد أو الأداة أو التصويب باليد أو التصويب بالرجل

## 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
الحركات الأساسية وسباقات التتابع	2/ 1	2/ 5		البدء العالي
	2/ 8	2/ 12		الجري مع الاستكشاف لمسافة من 80 إلى 100 م
	2/ 15	2/ 19		التتابع
	2/ 22	2/ 26		الوثب لأعلى
	3/ 1	3/ 5		الوثب بالقدمين / الحجل
	3/ 8	3/ 12		الوثب بقدم واحدة
	3/ 15	3/ 19		الوثب الطويل
				رمي الكرة للخلف من فوق الرأس
				الرمي لأبعد مسافة باتجاه هدف
				العدو / العدو المتعرج
ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة اليد	3/ 22	3/ 26		ألعاب موانع
	3/ 29	4/ 2		مهرجان
	4/ 5	4/ 9		اختبار (1)
	4/ 12	4/ 16		المطاردة
	4/ 19	4/ 23		ألعاب باستخدام كرات اليد
	4/ 26	4/ 30		الإحساس بالأداء
	5/ 3	5/ 7		التحكم بالكرة
	5/ 10	5/ 14		الرمي واللقف
				التمرير
				التنطيط
الألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة				التصوير
				ربط مهاراتي التمرير والتنطيط والتصوير
				تصوير كرات مختلفة
				اختبار (2)
				ربط المهارات بشكل ألعاب مصغره

# الصف الثالث الابتدائي

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

## الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب القوى للصغرى	2/ 1	2/ 5		الجري مع الاستكشاف لمسافة من 150 م إلى 200 م
	2/ 8	2/ 12		البدء المنخفض
	2/ 15	2/ 19		التابع
	2/ 22	2/ 26		الجري مع تخطي الحواجز
	3/ 1	3/ 5		الوثب من الثبات
	3/ 8	3/ 12		الوثب الطويل
	3/ 15	3/ 19		الوثب العالي
	3/ 22	3/ 26		الرمي باتجاه الهدف
	3/ 29	4/ 2		الدفع باتجاه الهدف
	4/ 5	4/ 9		الرمي من الدوران
ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة الطائرة	3/ 22	3/ 26		ألعاب موانع
	3/ 8	3/ 12		مهرجان
	3/ 15	3/ 19		اختبار (1)
	4/ 29	4/ 16		الاحساس بالكرة
	4/ 5	4/ 9		ألعاب الرمي واللقف
	4/ 12	4/ 16		تنطيط الكرة
	4/ 19	4/ 23		دحرجة الكرة
	4/ 26	4/ 30		ألعاب التمرين من اسفل
	5/ 3	5/ 7		ألعاب التمرين من اسفل
	5/ 10	5/ 14		ألعاب التمرين من اعلى
الألعاب الجماعية	4/ 19	4/ 23		ألعاب التمرين من اعلى
	4/ 26	4/ 30		ألعاب الارسال من اسفل
	5/ 3	5/ 7		ألعاب الارسال من اسفل
	5/ 10	5/ 14		اختبار (2)
الألعاب الجماعية	4/ 26	4/ 30		منافسات 4*
	5/ 3	5/ 7		مهرجان كرة الطائرة
	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
أعوام آخري	2/ 1	2/ 5	ألعاب اليد	الجري مع الاستكشاف لمسافة من 300 م إلى 500 م
	2/ 8	2/ 12		العدو
	2/ 15	2/ 19		التتابع
	2/ 22	2/ 26		ألعاب الموانع
	3/ 1	3/ 5		الجري مع تخطي الحواجز
	3/ 8	3/ 12		الوثب الطويل
	3/ 15	3/ 19		الوثب العالي
	3/ 22	3/ 26		الدفع من الدوران
	3/ 29	4/ 2		الرمي من الدوران
	4/ 5	4/ 9		مهرجان
	4/ 12	4/ 16		مهرجان
	4/ 19	4/ 23		اختبار (1)
أعوام آخري	3/ 22	3/ 26	الكرة	الإحساس بالكرة
	3/ 29	4/ 2		الرمي واللقف
	4/ 5	4/ 9		التقاط الكرة المتذبذبة على الأرض
	4/ 12	4/ 16		استلام ومسك الكرة باليدين
	4/ 19	4/ 23		التمرير والاستلام
	4/ 26	4/ 30		تطبيقات على تمرير واستلام
	5/ 3	5/ 7		التنطيط
	5/ 10	5/ 14		التنطيط
	الحادي عشر	الثاني عشر		التصوير
	الثالث عشر	4/ 26		تطبيقات على التصوير
	الرابع عشر	5/ 3		اختبار (2)
	الخامس عشر	5/ 10		تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون

# الصف الخامس الابتدائي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	الكرة الطائرة

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

## الصف السادس الابتدائي

الفصل	الوحدة	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	الرابعة	كرة السلة
	الرابعة		الكرة الطائرة

### الفصل الدراسي الثاني

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

# الصف الأول الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	كرة اليد

## الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب القوى	2/ 1	2/ 5		عدو مسافة 50 متر
	2/ 8	2/ 12		عدو مسافة 100 متر
	2/ 15	2/ 19		جري مسافة 400 متر
	2/ 22	2/ 26		عدو حواجز مسافة 50 متر
	3/ 1	3/ 5		عدو حواجز مسافة 50 متر
	3/ 8	3/ 12		سباق التتابع
	3/ 15	3/ 19		سباق التتابع
	3/ 22	3/ 26		الوثب الطويل
	3/ 29	4/ 2		الوثب العالي
	4/ 5	4/ 9		رمي القرص
اليد	4/ 12	4/ 16		منافسات
	4/ 19	4/ 23		اختبار (1)
	4/ 26	4/ 30		الإحساس بالكرة
	5/ 3	5/ 7		التمرير والاستلام
	5/ 10	5/ 14		استلام الكرة بيد واحدة
	الحادي عشر	الثاني عشر		التمريرة المرتدة
	العاشر	الحادي عشر		التنحيط من الحركة
	الحادي عشر	الثالث عشر		التصوير من الارتكاز (مستوى فوق الرأس)
	الحادي عشر	الرابع عشر		التصوير من الارتكاز (مستوى الحوض)
	الرابع عشر	الخامس عشر		التصوير من الوثب للأمام

## الصف الثاني الإعدادي

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	الكرة الطائرة

الفصل الدراسي الثاني				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب القوى	2/ 1	2/ 5	الكرة الطائرة	جري مسافة 400 متر
	2/ 8	2/ 12		جري التتابع $4 \times 100$ متر
	2/ 15	2/ 19		جري التتابع $4 \times 100$ متر
	2/ 22	2/ 26		الوثب العالي
	3/ 1	3/ 5		الوثب العالي
	3/ 8	3/ 12		دفع الجلة
	3/ 15	3 / 19		دفع الجلة
	3/ 22	3/ 26		رمي القرص
	3/ 29	4/ 2		رمي القرص
	4/ 5	4/ 9		منافسات في دفع الجلة / رمي القرص
الكرة الطائرة	السبعين	الحادي عشر	الحادي عشر	منافسات الوثب العالي
				مهرجان
				اختبار (1)
				التمرير من أسفل
				التمرير من أعلى
				الإرسال من أسفل
				الإرسال من أعلى
				الضرب الساحق
				الضرب الساحق
				الصد الفردي
السبعين	الحادي عشر	الحادي عشر	الحادي عشر	الصد الفردي
				منافسات 4 × 6
				منافسات 6 × 4
				اختبار (2)
				قانون كرة الطائرة - تطبيقات جماعية
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		اللعب بالكرة بشكل فردي
الثاني	2/ 8	2/12		اللعب بالكرة بشكل زوجي
الثالث	2/15	2/ 19		التمرير من أسفل
الرابع	2/ 22	2/26		التمرير من أسفل مع التحرك
الخامس	3/1	3/ 5		التمرير من الأعلى
السادس	3/8	3/12		التمرير من الأعلى (الاعداد)
السابع	3/15	3 / 19		ربط التمرير من أسفل مع الاعداد
الثامن	3/ 22	3/ 26		الارسال من الأعلى
التاسع	3/ 29	4/2		الارسال من الأعلى
العاشر	4/5	4/ 9		ربط الارسال من الأعلى والاستقبال
الحادي عشر	4/12	4/ 16		الضرب الساحق الامامي
الثاني عشر	4/ 19	4/ 23		الضرب الساحق الخلي
الثالث عشر	4/ 26	4/ 30		اختبار (1)
الرابع عشر	5/3	5/7		ربط الارسال، التمرير من أسفل، التمرير من اعلى
الخامس عشر	5/ 10	5/ 14		ربط التمرير من اعلى، الضرب الساحق ، الصد الفردي

كرة الطائرة

# الصف الثالث الإعدادي

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

## الفصل الدراسي الثاني

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