

الفصل الدراسي الثالث توزيع منهج مادة ( التربية بدنية ) للصف ( الاول ابتدائي )

ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		إلى	من	
بداية الدراسة للفصل الثالث ١٤٤٣/٨/١٧ هـ	المشي المتزن على خط مستقيم	الخميس ١٤٤٣/٨/٢١ هـ	الاحد ١٤٤٣/٨/١٧ هـ	١
	ركل الكرة الثابتة	الخميس ١٤٤٣/٨/٢٨ هـ	الاحد ١٤٤٣/٨/٢٤ هـ	٢
	الوعي باتزان الجسم اثناء الثبات	الخميس ١٤٤٣/٩/٦ هـ	الاحد ١٤٤٣/٩/٢ هـ	٣
	الارتعاش الصحيح - الانزلاق الصحيح	الخميس ١٤٤٣/٩/١٣ هـ	الاحد ١٤٤٣/٩/٩ هـ	٤
بداية إجازة عيد الفطر ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ	الاتزان بالاستناد بالظهر على حائط	الخميس ١٤٤٣/٩/٢٠ هـ	الاحد ١٤٤٣/٩/١٦ هـ	٥
	إيقاف الكرة بالقدم	الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ	الاحد ١٤٤٣/٩/٢٣ هـ	٦
بداية الدراسة بعد إجازة عيد الفطر ١٤٤٣/١٠/٧ هـ	بداية إجازة عيد الفطر بنهاية دوام يوم الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ إلى ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	الخميس ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/٩/٢٥ هـ	
	الوعي باتزان الجسم خلال الحركة - الارتكاز على مشط القدم وتغيير الاتجاه - الوقوف على قاعدة ثابتة بقدم واحدة	الخميس ١٤٤٣/١٠/١١ هـ	الاحد ١٤٤٣/١٠/٧ هـ	٧
إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٤٤٣/١٠/٢٤ هـ	الجري بالكرة	الخميس ١٤٤٣/١٠/١٨ هـ	الاحد ١٤٤٣/١٠/١٤ هـ	٨
	العدو الصحيح	الثلاثاء ١٤٤٣/١٠/٢٣ هـ	الاحد ١٤٤٣/١٠/٢١ هـ	٩
إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٤٤٣/١١/١٦ هـ	الأربعاء والخميس إجازة مطولة	الخميس ١٤٤٣/١١/٣ هـ	الاحد ١٤٤٣/١٠/٢٨ هـ	١٠
	وظيفة صيدلية الإسعافات الأولية - وقفة الانتباه وغلغ قبضة اليد	الخميس ١٤٤٣/١١/١٠ هـ	الاحد ١٤٤٣/١١/٦ هـ	١١
بداية إجازة نهاية العام الدراسي ١٤٤٣/١٢/١ هـ	الوقوفات	الخميس ١٤٤٣/١١/١٥ هـ	الاحد ١٤٤٣/١١/١٣ هـ	١٢
	اللحركات الأمامية المستقيمة في الثبات	الخميس ١٤٤٣/١١/٢٤ هـ	الاحد ١٤٤٣/١١/٢٠ هـ	١٣
	الأربعاء والخميس إجازة مطولة	الخميس ١٤٤٣/١٢/١ هـ	الاحد ١٤٤٣/١١/٢٧ هـ	١٤
	الاختبارات			
المشرفة المادة :-	مديرة المدرسة :-	المعلمة المادة :-		

الفصل الدراسي الثالث توزيع منهج مادة ( التربية بدنية ) للصف ( الثاني ابتدائي )

ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		إلى	من	
بداية الدراسة للفصل الثالث ١٧/٨/١٤٤٣ هـ	التعلق الصحيح على العارضة	الخميس ٢١/٨/١٤٤٣ هـ	الاحد ١٧/٨/١٤٤٣ هـ	١
	الدوران حول المحور العرضي للجسم	الخميس ٢٨/٨/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٤/٨/١٤٤٣ هـ	٢
	الاتزان نصفاً على الركبة	الخميس ٦/٩/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢/٩/١٤٤٣ هـ	٣
	الارسال الصحيح للكرة باليد	الخميس ١٣/٩/١٤٤٣ هـ	الاحد ٩/٩/١٤٤٣ هـ	٤
بداية إجازة عيد الفطر ٢٤/٩/١٤٤٣ هـ	الهبوط الصحيح بالقدمين من ارتفاعات منخفضة	الخميس ٢٠/٩/١٤٤٣ هـ	الاحد ١٦/٩/١٤٤٣ هـ	٥
	الحمل الصحيح للأثقال	الاثنين ٢٤/٩/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٣/٩/١٤٤٣ هـ	٦
بداية الدراسة بعد إجازة عيد الفطر ٧/١٠/١٤٤٣ هـ	بداية إجازة عيد الفطر بنهاية دوام يوم الاثنين ٢٤/٩/١٤٤٣ هـ إلى ٤/١٠/١٤٤٣ هـ	الخميس ٤/١٠/١٤٤٣ هـ	الثلاثاء ٢٥/٩/١٤٤٣ هـ	
	الوقوف الصحيح على الرأس نصفاً	الخميس ١١/١٠/١٤٤٣ هـ	الاحد ٧/١٠/١٤٤٣ هـ	٧
إجازة نهاية أسبوع مطولة ٢٤/١٠/١٤٤٣ هـ	الاحتضان الصحيح للكرة	الخميس ١٨/١٠/١٤٤٣ هـ	الاحد ١٤/١٠/١٤٤٣ هـ	٨
	ماي جيرى من الثبات	الثلاثاء ٢٣/١٠/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢١/١٠/١٤٤٣ هـ	٩
إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٦/١١/١٤٤٣ هـ	الأربعاء والخميس إجازة مطولة	الخميس ٣/١١/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٨/١٠/١٤٤٣ هـ	١٠
	ماي جيرى من الثبات	الخميس ١٠/١١/١٤٤٣ هـ	الاحد ٦/١١/١٤٤٣ هـ	١١
بداية إجازة نهاية العام الدراسي ١/١٢/١٤٤٣ هـ	أجي اوكي من الثبات	الخميس ١٥/١١/١٤٤٣ هـ	الاحد ١٣/١١/١٤٤٣ هـ	١٢
	أجي اوكي من الثبات	الثلاثاء ١٥/١١/١٤٤٣ هـ	الاحد ١٣/١١/١٤٤٣ هـ	
	الاختبارات	الخميس ٢٤/١١/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٠/١١/١٤٤٣ هـ	١٣
		الخميس ١/١٢/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٧/١١/١٤٤٣ هـ	١٤
المشرفة المادة :-	مديرة المدرسة :-	المعلمة المادة :-		

الفصل الدراسي الثالث توزيع منهج مادة ( التربية بدنية ) للصف ( الثالث ابتدائي )

ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		إلى	من	
بداية الدراسة للفصل الثالث ١٧/٨/١٤٤٣ هـ	التسلق بطريقة آمنة وصحيحة على عقل حائطية أو حبال معلقة أو سلال عمودية	الخميس ١٧/٨/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢١/٨/١٤٤٣ هـ	١
	تطبيق القوس المعكوس	الخميس ٢٨/٨/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٤/٨/١٤٤٣ هـ	٢
	الوقوف على قاعدة الاتزان - قاعدة غير ثابتة	الخميس ٦/٩/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢/٩/١٤٤٣ هـ	٣
بداية إجازة عيد الفطر ٢٤/٩/١٤٤٣ هـ	التصويب على هدف ثابت او متحرك باستخدام يد واحدة أو القدم	الخميس ١٣/٩/١٤٤٣ هـ	الاحد ٩/٩/١٤٤٣ هـ	٤
	ألعاب تمهيدية في كرة القدم	الخميس ٢٠/٩/١٤٤٣ هـ	الاحد ١٦/٩/١٤٤٣ هـ	٥
بداية الدراسة بعد إجازة عيد الفطر ٧/١٠/١٤٤٣ هـ	ألعاب تمهيدية في كرة الطائرة	الاثنين ٢٤/٩/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٣/٩/١٤٤٣ هـ	٦
	بداية إجازة عيد الفطر بنهاية دوام يوم الاثنين ٢٤/٩/١٤٤٣ هـ إلى ٤/١٠/١٤٤٣ هـ	الخميس ٤/١٠/١٤٤٣ هـ	الثلاثاء ٢٥/٩/١٤٤٣ هـ	
	ألعاب تمهيدية في كرة السلة	الخميس ١١/١٠/١٤٤٣ هـ	الاحد ٧/١٠/١٤٤٣ هـ	٧
إجازة نهاية أسبوع مطولة ٢٤/١٠/١٤٤٣ هـ	ألعاب تمهيدية في كرة اليد	الخميس ١٨/١٠/١٤٤٣ هـ	الاحد ١٤/١٠/١٤٤٣ هـ	٨
	سوتوأوكي من الثبات	الثلاثاء ٢٣/١٠/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢١/١٠/١٤٤٣ هـ	٩
إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٦/١١/١٤٤٣ هـ	الأربعاء والخميس إجازة مطولة			
	جيدان براي من الثبات	الخميس ٣/١١/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٨/١٠/١٤٤٣ هـ	١٠
بداية إجازة نهاية العام الدراسي ١/١٢/١٤٤٣ هـ	جملة حركيه	الخميس ١٠/١١/١٤٤٣ هـ	الاحد ٦/١١/١٤٤٣ هـ	١١
	جملة حركيه	الثلاثاء ١٥/١١/١٤٤٣ هـ	الاحد ١٣/١١/١٤٤٣ هـ	١٢
	الأربعاء والخميس إجازة مطولة			
الاختبارات	الاختبارات	الخميس ٢٤/١١/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٠/١١/١٤٤٣ هـ	١٣
	الاختبارات	الخميس ١/١٢/١٤٤٣ هـ	الاحد ٢٧/١١/١٤٤٣ هـ	١٤
المشرفة المادة :-	مديرة المدرسة :-	المعلمة المادة :-		

الفصل الدراسي الثالث توزيع منهج مادة ( التربية بدنية ) للصف ( الرابع ابتدائي )

ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		إلى	من	
<p>بداية الدراسة للفصل الثالث ١٤٤٣/٨/١٧ هـ</p> <p>بداية إجازة عيد الفطر ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ</p> <p>بداية الدراسة بعد إجازة عيد الفطر ١٤٤٣/١٠/٧ هـ</p> <p>إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٤٤٣/١٠/٢٤ هـ</p> <p>إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٤٤٣/١١/١٦ هـ</p> <p>بداية إجازة نهاية العام الدراسي ١٤٤٣/١٢/١ هـ</p>	استقبال الكرة من الأسفل بالساعدين	الخميس ١٤٤٣/٨/٢١ هـ	الأحد ١٤٤٣/٨/١٧ هـ	١
	الإرسال المواجه من الأسفل	الخميس ١٤٤٣/٨/٢٨ هـ	الأحد ١٤٤٣/٨/٢٤ هـ	٢
	مواد قانونية في كرة الطائرة - مسك المضرب بطريقة صحيحة	الخميس ١٤٤٣/٩/٦ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/٢ هـ	٣
	وضع الاستعداد الصحيح	الخميس ١٤٤٣/٩/١٣ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/٩ هـ	٤
	الضربة الامامية - الضربة الخلفية	الخميس ١٤٤٣/٩/٢٠ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/١٦ هـ	٥
	الارسال - مواد قانونية في التنس الأرضي	الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/٢٣ هـ	٦
	بداية إجازة عيد الفطر بنهاية دوام يوم الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ إلى ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	الخميس ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/٩/٢٥ هـ	
	تمرير الكرة بيد واحدة من مستوى الكتف - تمرير الكرة باليدين من أسفل إلى الامام والجانب والاعلى	الخميس ١٤٤٣/١٠/١١ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/٧ هـ	٧
	تنطيط الكرة من الوقوف والمشي والجري - مواد قانونية في كرة اليد	الخميس ١٤٤٣/١٠/١٨ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/١٤ هـ	٨
	الوقوفات/(وقفة الارتكاز الأمامي) - المهارات الهجومية من الحركة - (اللكمة الأمامية المستقيمة) /"جودان-أوى-تسوكي"	الثلاثاء ١٤٤٣/١٠/٢٣ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/٢١ هـ	٩
	الأربعاء والخميس إجازة مطولة			
	المهارات الهجومية من الحركة - (اللكمة الأمامية المستقيمة) // "شودان-أوى-تسوكي"	الخميس ١٤٤٣/١١/٣ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/٢٨ هـ	١٠
	المهارات الهجومية من الحركة/(الركلة الأمامية) - "ماي-جيرري"	الخميس ١٤٤٣/١١/١٠ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/٦ هـ	١١
	تطبيقات الأداء "جملة حركية" - (تعزيز نواتج التعلم)	الثلاثاء ١٤٤٣/١١/١٥ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/١٣ هـ	١٢
الأربعاء والخميس إجازة مطولة				
الاختبارات	الخميس ١٤٤٣/١١/٢٤ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/٢٠ هـ	١٣	
	الخميس ١٤٤٣/١٢/١ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/٢٧ هـ	١٤	
المشرفة المادة :-	مديرة المدرسة :-	المعلمة المادة :-		

الفصل الدراسي الثالث توزيع منهج مادة ( التربية بدنية ) للصف ( الخامس ابتدائي )

ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		إلى	من	
بداية الدراسة للفصل الثالث ١٤٤٣/٨/١٧ هـ	الارسال الجانبي من الأسفل - تمرير الكرة من الأسفل بالمساعدين للأمام وللأعلى	الخميس ١٤٤٣/٨/٢١ هـ	الأحد ١٤٤٣/٨/١٧ هـ	١
	تمرير الكرة بالأصابع للأمام وللأعلى - مواد قانونية في كرة الطائرة	الخميس ١٤٤٣/٨/٢٨ هـ	الأحد ١٤٤٣/٨/٢٤ هـ	٢
	مسك المضرب بطريقة صحيحة - وقفة الاستعداد	الخميس ١٤٤٣/٩/٦ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/٢ هـ	٣
	الارسال المنخفض - الضربة الامامية بوجهه وظهر المضرب	الخميس ١٤٤٣/٩/١٣ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/٩ هـ	٤
بداية إجازة عيد الفطر ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ	الضربة الامامية من فوق الرأس - مواد قانونية في الريشة الطائرة	الخميس ١٤٤٣/٩/٢٠ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/١٦ هـ	٥
	تمرير الكرة بيد واحدة من مستوى الرأس	الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/٢٣ هـ	٦
بداية الدراسة بعد إجازة عيد الفطر ١٤٤٣/١٠/٧ هـ	بداية إجازة عيد الفطر بنهاية دوام يوم الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ إلى ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	الخميس ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/٩/٢٥ هـ	
	تنطيط الكرة العالية والمنخفضة	الخميس ١٤٤٣/١٠/١١ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/٧ هـ	٧
إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٤٤٣/١٠/٢٤ هـ	تصويب الكرة من فوق الرأس مع الارتكاز - مواد قانونية في كرة اليد	الخميس ١٤٤٣/١٠/١٨ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/١٤ هـ	٨
	المهارات الدفاعية من الحركة (الصد من أسفل إلى أعلى) "أجي-أوكي"	الثلاثاء ١٤٤٣/١٠/٢٣ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/٢١ هـ	٩
إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٤٤٣/١١/١٦ هـ	الأربعاء والخميس إجازة مطولة			
	المهارات الدفاعية من الحركة (الصد من الخارج للداخل) "سوتو-أوكي"	الخميس ١٤٤٣/١١/٣ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/٢٨ هـ	١٠
بداية إجازة نهاية العام الدراسي ١٤٤٣/١٢/١ هـ	المهارات الدفاعية من الحركة (الصد من أعلى إلى أسفل) "جيدان-براي"	الخميس ١٤٤٣/١١/١٠ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/٦ هـ	١١
	تطبيقات الأداء "جملة حركية" (تعزيز نواتج التعلم) الأربعاء والخميس إجازة مطولة	الثلاثاء ١٤٤٣/١١/١٥ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/١٣ هـ	١٢
	الاختبارات	الخميس ١٤٤٣/١١/٢٤ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/٢٠ هـ	١٣
الخميس ١٤٤٣/١٢/١ هـ		الأحد ١٤٤٣/١١/٢٧ هـ	١٤	
المشرفة المادة :-	مديرة المدرسة :-	المعلمة المادة :-		

الفصل الدراسي الثالث توزيع منهج مادة ( التربية بدنية ) للصف ( السادس ابتدائي )

ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		إلى	من	
بداية الدراسة للفصل الثالث ١٤٤٣/٨/١٧ هـ	تمرير الكرة بالأصابع للأعلى وللخلف	الخميس ١٤٤٣/٨/٢١ هـ	الأحد ١٤٤٣/٨/١٧ هـ	١
	تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأعلى وللخلف - الإرسال المواجه من الأعلى	الخميس ١٤٤٣/٨/٢٨ هـ	الأحد ١٤٤٣/٨/٢٤ هـ	٢
	مواد قانونية في كرة الطائرة - مسك المضرب بطريقة صحيحة	الخميس ١٤٤٣/٩/٦ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/٢ هـ	٣
	وقفة الاستعداد - الإرسال بوجه وظهر المضرب	الخميس ١٤٤٣/٩/١٣ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/٩ هـ	٤
بداية إجازة عيد الفطر ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ	الضربة القاطعة الامامية بوجه وظهر المضرب - صد الكرة بوجه وظهر المضرب	الخميس ١٤٤٣/٩/٢٠ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/١٦ هـ	٥
	مواد قانونية في كرة الطاولة - تمرير الكرة بيد واحدة من فوق الرأس	الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ	الأحد ١٤٤٣/٩/٢٣ هـ	٦
بداية الدراسة بعد إجازة عيد الفطر ١٤٤٣/١٠/٧ هـ	بداية إجازة عيد الفطر بنهاية دوام يوم الاثنين ١٤٤٣/٩/٢٤ هـ إلى ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	الخميس ١٤٤٣/١٠/٤ هـ	الثلاثاء ١٤٤٣/٩/٢٥ هـ	
	المحاورة بالكرة	الخميس ١٤٤٣/١٠/١١ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/٧ هـ	٧
إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٤٤٣/١٠/٢٤ هـ	تصويب الكرة من فوق الرأس مع الارتكاز (مستوى الرأس) - مواد قانونية في كرة اليد	الخميس ١٤٤٣/١٠/١٨ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/١٤ هـ	٨
	الكاتا الأولى / (هيان شودان) الجزء الأول والثاني الأربعاء والخميس إجازة مطولة	الثلاثاء ١٤٤٣/١٠/٢٣ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/٢١ هـ	٩
إجازة نهاية أسبوع مطولة ١٤٤٣/١١/١٦ هـ	الكاتا الأولى / (هيان شودان) / الجزء الثالث	الخميس ١٤٤٣/١١/٣ هـ	الأحد ١٤٤٣/١٠/٢٨ هـ	١٠
	الكاتا الأولى / (هيان شودان) / الجزء الرابع	الخميس ١٤٤٣/١١/١٠ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/٦ هـ	١١
بداية إجازة نهاية العام الدراسي ١٤٤٣/١٢/١ هـ	تطبيقات الأداء / (تعزيز نواتج التعلم)	الثلاثاء ١٤٤٣/١١/١٥ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/١٣ هـ	١٢
	الأربعاء والخميس إجازة مطولة	الخميس ١٤٤٣/١١/٢٤ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/٢٠ هـ	١٣
الاختبارات		الخميس ١٤٤٣/١٢/١ هـ	الأحد ١٤٤٣/١١/٢٧ هـ	١٤
المشرفة المادة :-	مديرة المدرسة :-	المعلمة المادة :-		