

الفصل الدراسي الثاني 1445هـ		المرحلة: الابتدائي		الصف: السادس		توزيع منهج مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس									
الأسبوع الرابع		الأسبوع الثالث		الأسبوع الثاني		الأسبوع الأول									
إجازة مطولة	6/4	الإرسال المواجه من الأعلى القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة	5/26	تمرير الكرة بالأصابع للأعلى وللخلف	5/19	أهمية الإحماء + أهمية التهدئة كيفية تجنب الإصابات أثناء النشاط البدني	5/12								
مسكة المضرب الآسيوية (مسكة القلم)	6/5		5/27		5/20		5/13								
الإرسال بوجه المضرب الخلفي	6/6		5/28		5/21		5/14								
الضربة الساحقة الخلفية	6/7		5/29		5/22		5/15								
	6/8		6/1		5/23		5/16								
القوة العضلية - السرعة		القوة العضلية - القدرة العضلية		تمرير الكرة بالأصابع للأعلى وللخلف											
الأسبوع السابع		إجازة منتصف الفصل الدراسي الثاني		الأسبوع السادس		الأسبوع الخامس									
الشقبة الجانبية على اليدين (العجلة)	7/2	تبدأ الإجازة بنهاية دوام الخميس 1445/6/22هـ	7/23	الدرجة الأمامية من المشي الدرجة الأمامية المكورة من الوقوف على الرأس	6/18	الضربة الساحقة القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة	6/11								
القفز داخلاً على المهر بالعرض	7/3							تستأنف الدراسة الأحد 1445/7/2هـ	6/19	6/12					
السقطة الخلفية	7/4										الوقوف على اليدين والثبات (2ث)	6/20	6/13		
(أوشيرو - أوكيمي) من وضع القرفصاء	7/5													6/21	6/14
	7/6														
قوة عضلات البطن - الاتزان															
الأسبوع الحادي عشر		الأسبوع العاشر		الأسبوع التاسع		الأسبوع الثامن									
تعزيز نواتج التعلم	8/1	السقطة الجانبية	7/23	إجازة مطولة	7/16	السقطة الخلفية	7/9								
مراجعة عامة	8/2	(يوكو - أوكيمي) من الوقوف	7/24	السقطة الجانبية	7/17	(أوشيرو - أوكيمي) من الحركة	7/10								
	8/3	تطبيقات الأداء "جملة حركية"	7/25	(يوكو - أوكيمي) من الرقود	7/18	السقطة الخلفية	7/11								
	8/4		7/26	السقطة الجانبية	7/19	(أوشيرو - أوكيمي) من الحركة	7/12								
	8/5		7/27	(يوكو - أوكيمي) من القرفصاء	7/20		7/13								
تواريخ مهمة						الأسبوع الثاني عشر									
		إجازة يوم التأسيس	8/12	بداية الدراسة للفصل الثاني	5/12	الاختبارات والبرامج العلاجية	8/8								
		بداية اختبار الفصل الثاني	8/8	إجازة مطولة	6/4		8/9								
		بداية إجازة الفصل الثاني	8/12	إجازة منتصف الفصل الدراسي الثاني	6/22		8/10								
		بداية الدراسة للفصل الثالث	8/22	بداية الدراسة بعد إجازة منتصف الفصل 2	7/2		8/11								
				إجازة مطولة	7/16		8/12								
مدير/ة المدرسة:		المشرف/ة التربوي/ة:				معلم/ة المادة:									