

المادة: التربية البدنية والدفاع عن النفس					
الصف: الصف السادس الابتدائي					
الفصل: الدراسي الأول					
للعام: ١٤٤٨ هـ (٢٠٢٦ - ٢٠٢٧ م)					
الأسبوع ١	الأسبوع ٢	الأسبوع ٣	الأسبوع ٤	الأسبوع ٥	الأسبوع ٦
من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م
القياسات القبلية لعناصر اللياقة البدنية المستهدفة	الوحدة: الأولى <التغير في معدل ضربات القلب أثناء المجهود البدني المبسط له> الوحدة: الأولى <العلاقة بين شدة التمرين ومعدل النبض>	اللياقة القلبية التنفسية - القوة العضلية	الوحدة: الثانية <الجري المتعرج بالكرة> الوحدة: الثانية <كتم الكرة بوجه القدم الخارجي> الوحدة: الثانية <ضرب الكرة بالرأس من الثبات>	إجازة اليوم الوطني (٢٣ سبتمبر)	الوحدة: السادسة <الإرسال القاطع> القوة العضلية - الرشاقة
الأسبوع ٧	الأسبوع ٨	الأسبوع ٩	الأسبوع ١٠	الأسبوع ١١	الأسبوع ١٢
من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م
الوحدة: السادسة <الإرسال من تحت الذراع> الوحدة: السادسة <الضربة الطائرة المسقطة>	الوحدة: السادسة <الضربة نصف الطائرة> القانون: المرسل والمستقبل قاعدة (5) - اختيار جهتي الملعب قاعدة (6)	تقويم نواتج التعلم في وحدة التنس وتعزيزها	الوحدة: التاسعة <الجري في منحني>	الوحدة: التاسعة <قفز الحواجز>	الوحدة: التاسعة <الوثب الثلاثي>
الأسبوع ١٣	إجازة	الأسبوع ١٤	الأسبوع ١٥	الأسبوع ١٦	الأسبوع ١٧
من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م
تقويم نواتج التعلم في وحدة ألعاب القوى وتعزيزها	إجازة الخريف	الوقوفات / وقفة المشي (/ أب - سوجي " الوقفات / وقفة الطعن الأمامية)	المهارات الهجومية من الحركة (/ اللكمة الأمامية المستقيمة /) أوجلل - جريجي " / مومتونج - جريجي المهارات الهجومية من الحركة (الحركة) الركلة الأمامية (/ أب - تشاجي	تطبيقات الأداء " جملة حركية " (تعزيز نواتج التعلم	مراجعة عامة
الأسبوع ١٨	الأسبوع ١٩	إجازة	الأسبوع ٢٠	الأسبوع ٢١	الأسبوع ٢٢
من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م	من ٣٠-١٠ إلى ٣٠-١٤ هـ من ٨-٣٠ إلى ٨-٣٠ م
اختبارات شفوية وعملية	اختبارات نهائية	إجازة منتصف العام	اختبارات نهائية	اختبارات نهائية	اختبارات نهائية