

تم تحميل وعرض هذا المادة من موقع واجبي:

wajibi.com



www.wajibi.net

واجبي موقع تعليمي يوفر مجموعة واسعة من الخدمات والموارد التعليمية، يهدف موقع واجبي إلى تسهيل عملية التعليم ويقدم حلول المناهج للطلاب في جميع المراحل الدراسية.

حمل تطبيق واجبي من هنا  يصلك كل جديد





عدد الحصص	عنوان الدرس	الوحدة	التاريخ	الأسبوع
٢	القياسات القبلية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	الأولى (صحة ولياقة بدنية)	١٥ / ٥ = ١٩ / ٥ / ١٤٤٦ هـ	الأول
١	القوة العضلية - السرعة		٢٢ / ٥ = ٢٦ / ٥ / ١٤٤٦ هـ	الثاني
١	الضربة الساحقة المستقيمة	الثالثة (كرة الطائرة)	٢٩ / ٥ = ٤ / ٦ / ١٤٤٦ هـ	الثالث
١	حائط الصد الفردي		٧ / ٦ = ٩ / ٦ / ١٤٤٦ هـ	الرابع
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (الضربة الهجومية - الصد)		١٤ / ٦ = ١٨ / ٦ / ١٤٤٦ هـ	الخامس
١	تقديم نواتج التعلم في وحدة كرة الطائرة وتعزيزها	السابعة كرة الطاولة	٢١ / ٦ = ٢٥ / ٦ / ١٤٤٦ هـ	السادس
١	المرونة - الرشاقة		٢٨ / ٦ = ٢ / ٧ / ١٤٤٦ هـ	السابع
١	الإرسال بظهر المضرب		١٢ / ٧ = ١٦ / ٧ / ١٤٤٦ هـ	الثامن
١	الضربة الساحقة الأمامية بوجه المضرب	الرابعة (كرة السلة)	١٩ / ٧ = ٢٣ / ٧ / ١٤٤٦ هـ	التاسع
١	الضربة الساحقة الخلفية بظهر المضرب		٢٦ / ٧ = ٣٠ / ٧ / ١٤٤٦ هـ	العاشر
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (الإخلال بنظام الإرسال أو الاستقبال أو جهة اللعب اختيار الإرسال أو الاستقبال وجهتي اللعب)	الكاراتيه	٣ / ٨ = ٧ / ٨ / ١٤٤٦ هـ	الحادي عشر
١	تقديم نواتج التعلم في وحدة كرة السلة وتعزيزها		١٠ / ٨ = ١٤ / ٨ / ١٤٤٦ هـ	الثاني عشر
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (الوقت المستقطع - المحاورة - الجري)		١٧ / ٨ = ٢١ / ٨ / ١٤٤٦ هـ	الثالث عشر
١	تطبيقات الأداء "جملة حركية"	-----	-----	-----
١	القياسات البعدية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	-----	-----	-----
-----	اختبارات	-----	-----	-----