

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	١٥ / ٥ - ١٩ / ٥ / ١٤٤٦ هـ	الأول
١	القوة العضلية - السرعة	(صحة و لياقة بدنية)		
١	الاستقبال يساعد اليد الداخلي من الجانب		٢٢ / ٥ - ٢٦ / ٥ / ١٤٤٦ هـ	الثاني
١	الإرسال من الأعلى مواجه	الثالثة		
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (التوقيفات - الإرسال)	(كرة الطائرة)	٢٩ / ٥ - ٤ / ٦ / ١٤٤٦ هـ	الثالث
١	تقويم نواتج التعلم في وحدة كرة الطائرة وتعزيزها			
١	المرونة - الرشاقة	الأولى	٧ / ٦ - ٩ / ٦ / ١٤٤٦ هـ	الرابع
١	الإرسال بوجه المضرب	(صحة و لياقة بدنية)		
١	الضربة الراجعة الأمامية بوجه المضرب		١٤ / ٦ - ١٨ / ٦ / ١٤٤٦ هـ	الخامس
١	الضربة الساحقة بوجه المضرب	السابعة		
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة (الشوط - المباراة)	(كرة الطاولة)	٢١ / ٦ - ٢٥ / ٦ / ١٤٤٦ هـ	السادس
١	تقويم نواتج التعلم في وحدة كرة الطاولة وتعزيزها			
١	قوة عضلات البطن - السرعة	الأولى	٢٨ / ٦ - ٢ / ٧ / ١٤٤٦ هـ	السابع
١	الارتكاز الخلفي	(صحة و لياقة بدنية)		
١	التمريرة الخطافية		١٢ / ٧ - ١٦ / ٧ / ١٤٤٦ هـ	الثامن
١	التصويب من الوثب	الرابعة		
١	القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة تسجيل الهدف وقيمتها مادة - رمية الإدخال المادة	(كرة السلة)	١٩ / ٧ - ٢٣ / ٧ / ١٤٤٦ هـ	التاسع
١	تقويم نواتج التعلم في وحدة كرة السلة وتعزيزها			
١	الكاتا الأولى (هيان - شودان) الجزء الأول والثاني		٢٦ / ٧ - ٣٠ / ٧ / ١٤٤٦ هـ	العاشر
١	الكاتا الأولى (هيان - شودان) الجزء الثالث			
١	الكاتا الأولى (هيان - شودان) الجزء الرابع	الكاراتيه	٣ / ٨ - ٧ / ٨ / ١٤٤٦ هـ	الحادي عشر
١	تطبيقات الأداء "جملة حركية"			
١	القياسات البعدية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة	-----	١٠ / ٨ - ١٤ / ٨ / ١٤٤٦ هـ	الثاني عشر
-----	اختبارات	-----	١٧ / ٨ - ٢١ / ٨ / ١٤٤٦ هـ	الثالث عشر