

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





الأسبوع	التاريخ	الوحدة	عنوان الدرس	عدد الحصص
الأول	٢ / ٩ - ١٤٤٦/٩/٦ هـ	وحدة القياس القبلي	القياسات القبليّة لقياس عناصر اللياقة البدنية	٢
الثاني	٩ / ٩ - ١٤٤٦/٩/١٣ هـ	الخامسة (كرة اليد)	التمرير من مستوى الركبة	٢
الثالث	٩ / ١٦ - ١٤٤٦/٩/٢٠ هـ		رمية الجزاء	١
الرابع	٨ / ١٠ - ١٤٤٦/١٠/١٢ هـ		التصويبة السلمية من المشي والجري	١
			التصويبة السلمية من المشي والجري	١
			القانون: المادة (١٤): رمية ال٧ متر - المادة (١٥): رمية الحكم	١
الخامس	١٥ / ١٠ - ١٤٤٦/١٠/١٩ هـ	الثامنة (الريشة الطائرة)	تقويم نواتج التعلم في وحدة كرة اليد	١
السادس			مسكة المضرب (مسكة شكل ٧)	١
			الإرسال الخلفي	١
			الإسقاط من فوق الرأس	١
السابع	٢٩ / ١٠ - ١٤٤٦/١١/٣ هـ		القانون: المادة (١٣): الأخطاء - المادة (١٤): الضربات المعادة	١
الثامن		تقويم نواتج التعلم في وحدة الريشة الطائرة	١	
		الدحرجة الأمامية الطائرة	٢	
		التصويبة السلمية على اليدين بالارتقاء المفرد	٢	
التاسع	١٣ / ١١ - ١٤٤٦/١١/١٧ هـ	العاشر (الجمباز الفني)	تقويم نواتج التعلم في وحدة الجمباز الفني	١
العاشر	٢٠ / ١١ - ١٤٤٦/١١/٢٤ هـ		إخلال الاتزان في الجودو (كوزوشي)	١
الحادي عشر		الجودو	رمية الكتف (إيبون - سيو - ناجي)	١
			رمية الخصر الكبرى (أو - جوشي)	١
الثاني عشر	١٩ / ١٢ - ١٤٤٦/١٢/٢٣ هـ	وحدة القياس البعدي	القياسات البعديّة لقياس عناصر اللياقة البدنية	٢
الثالث عشر	٢٦ / ١٢ - ١٤٤٦/١٢/٢٦ هـ	-----	اختبارات	----