

تم تحميل وعرض هذا المادة من موقع واجبي:

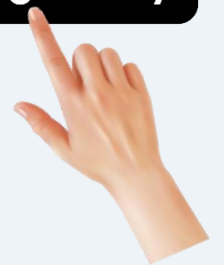
wajibi.com



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





الاسبوع	التاريخ	الوحدة	عنوان الدرس	عدد الحصص
الأول	٢ / ٩ - ٩ / ٦ / ١٤٤٦ هـ	وحدة القياس القبلي	القياسات القبليّة لقياس عناصر اللياقة البدنية	٢
الثاني	٩ / ٩ - ١٣ / ٩ / ١٤٤٦ هـ	الخامسة كرة اليد	تمرير الكرة بيد واحدة من مستوى الكتف	١
			استلام الكرة باليدين من مستوى الصدر	١
			تنطيط الكرة بيد واحدة	١
الثالث	١٦ / ٩ - ٢٠ / ٩ / ١٤٤٦ هـ		القانون: المادة (١): الملعب ، المادة (٢): وقت اللعب ، المادة (٤): الفريق	١
			تقويم نواتج تعلم وحدة كرة اليد	١
الرابع	٨ / ١٠ - ١٢ / ١٠ / ١٤٤٦ هـ	الثامنة (الريشة الطائرة)	مسك المضرب	١
			وقفّة الاستعداد	١
الخامس	١٥ / ١٠ - ١٩ / ١٠ / ١٤٤٦ هـ		المسكة الأمامية للمضرب	١
			الإرسال المنخفض	١
السادس	٢٢ / ١٠ - ٢٦ / ١٠ / ١٤٤٦ هـ		الضربة الأمامية بوجه وقطر المضرب	١
			القانون: المادة (١): الملعب وتجهيزاته - المادة (٢): الريشة - المادة (٤): المضرب	١
السابع	٢٩ / ١٠ - ٣ / ١١ / ١٤٤٦ هـ		تقويم نواتج تعلم وحدة الريشة الطائرة	١
الثامن	٨ / ١١ - ١٠ / ١١ / ١٤٤٦ هـ	العاشرة (الجيمباز الفني)	الدرجة الأمامية المتكورة	٢
التاسع	١٣ / ١١ - ١٧ / ١١ / ١٤٤٦ هـ		الدرجة الخلفية المتكورة	٢
			الوقوف على الرأس إدراك أوضاع الجسم أثناء الحركة	١
العاشر	٢٠ / ١١ - ٢٤ / ١١ / ١٤٤٦ هـ		تقويم نواتج تعلم وحدة الجيمباز الفني	١
الحادي عشر	٢٧ / ١١ - ٢ / ١٢ / ١٤٤٦ هـ	الجودو	السقطّة الخلفية (أوشيرو - أوكيمي) السقطّة الخلفية (أوشيرو - أوكيمي) من وضع الحركة	١
			السقطّة الجانبية (بوكو - أوكيمي) السقطّة الجانبية (بوكو - أوكيمي) من الوقوف	١
الثاني عشر	١٩ / ١٢ - ٢٣ / ١٢ / ١٤٤٦ هـ	وحدة القياس البعدي	القياسات البعيدة لقياس عناصر اللياقة البدنية	٢
الثالث عشر	٢٦ / ١٢ - ١ / ١ / ١٤٤٧ هـ	-----	اختبارات	----

