|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **م** | اسم  الطالب | ( الحضور والغياب )  يتم التقييم على حضور الطالب وغيابه وليس على الزي الرياضي من حضر خمس حصص يحصل على الدرجة كاملة وفي حالة أقل يحسم نصف درجة | | | | | | | **الدرجة المستحقة** | **الاتجاهات والقيم**  **( 10 )** | **الدرجة المستحقة** | **الصحة واللياقة**  **( 25 )** | **الدرجة المستحقة** | **الاختبارات القصيرة**  **( 10 )** | **الدرجة المستحقة** | **المهارات البدنية والحركية**  **كرة السلة ( 50 )** | | **الدرجة المستحقة** | **الدرجة النهائية** |
| **استثمار الوقت الحر بما ينفع** | **التعرف على نوع وشدة ومدة وتكرار التدريب اللازم لتنمية اللياقة العضلية** | **يذكر كتابياً**  **طريقة تحديد نوع وشدة التدريب لتنمية اللياقة العضلية** | **تنفيذ مهارة الدفاع المختلط وشرح المادة القانونية لها** | **تنفيذ مهارة الهجوم المنظم من لاعبين وشرح المادة القانونية لها** |
| **نبذ التعصب وبث روح التسامح والمحبة** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **5** | **10** | **10** | **25** | **25** | **10** | **10** | **25** | **25** | **50** | **100** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

يعتمد / معلم التربية البدنية : بمدرسة : تاريخ : / / 14هـ