

توزيع منهج : التربية البدنية الفصل الاول للعام 1441 / 1442 هـ الصف : الخامس الابتدائي

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
| الأسبوع الأول<br>1441 / 1 / 2 هـ<br>إلى 1441 / 1 / 6 هـ        | الأسبوع الثاني<br>1441 / 1 / 9 هـ<br>إلى 1441 / 1 / 13 هـ      | الأسبوع الثالث<br>1441 / 1 / 16 هـ<br>إلى 1441 / 1 / 20 هـ                     | الأسبوع الرابع<br>1441 / 1 / 23 هـ<br>إلى 1441 / 1 / 27 هـ   | الأسبوع الخامس<br>1441 / 1 / 30 هـ<br>إلى 1441 / 2 / 4 هـ      |
| الاستعدادات والتجهيزات والقياس القبلي لمستوى اللياقة البدنية   | كتم الكرة بباطن القدم  | الجري بالكرة بوجه القدم الخارجي  | تمرير الكرة بوجه القدم الخارجي                               | التصويب بوجه القدم الأمامي                                     |
| الأسبوع السادس<br>1441 / 2 / 7 هـ<br>إلى 1441 / 2 / 11 هـ      | الأسبوع السابع<br>1441 / 2 / 14 هـ<br>إلى 1441 / 2 / 18 هـ     | الأسبوع الثامن<br>1441 / 2 / 21 هـ<br>إلى 1441 / 2 / 25 هـ                     | الأسبوع التاسع<br>1441 / 2 / 28 هـ<br>إلى 1441 / 3 / 3 هـ    | الأسبوع العاشر<br>1441 / 3 / 6 هـ<br>إلى 1441 / 3 / 10 هـ      |
| منافسات كرة قدم للصغار   | البدء المنخفض  | العدو الصحيح   | الوثب العالي بالطريقة المقصية                                | منافسات في العدو   |
| الأسبوع الحادي عشر<br>1441 / 3 / 13 هـ<br>إلى 1441 / 3 / 17 هـ | الأسبوع الثاني عشر<br>1441 / 3 / 20 هـ<br>إلى 1441 / 3 / 24 هـ | الأسبوع الثالث عشر<br>1441 / 3 / 27 هـ<br>إلى 1441 / 4 / 1 هـ                  | الأسبوع الرابع عشر<br>1441 / 4 / 4 هـ<br>إلى 1441 / 4 / 8 هـ | الأسبوع الخامس عشر<br>1441 / 4 / 11 هـ<br>إلى 1441 / 4 / 15 هـ |
| منافسات في الوثب العالي بالطريقة المقصية                       | الإرسال الجانبي من أسفل  | تمرير الكرة من أسفل بالساعدين للأمام والأعلى التعرف على بعض قوانين كرة الطائرة | منافسات في كرة الطائرة للصغار                                | منافسات في كرة الطائرة للصغار                                  |
| الأسبوع السادس عشر<br>1441 / 4 / 18 هـ<br>إلى 1441 / 4 / 22 هـ | الأسبوع السابع عشر<br>1441 / 4 / 25 هـ<br>إلى 1441 / 4 / 29 هـ | بداية إجازة نهاية العام<br>1441 / 5 / 7 هـ<br>إلى 1441 / 5 / 24 هـ             | المعلم :<br>مشرف المادة :<br>مدير المدرسة :                  |  |
| اختبارات الفصل الدراسي الأول                                   |  |  |  |  |