

رقم المعيار		١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
٥	اسم الطالب										
	قياس مستوى اللياقة القلبية التنفسية										
	قياس مستوى القوة العضلية										
	قياس مستوى قوة عضلات البطن وتحملها										
	قياس مستوى المرونة المفصالية										
	قياس مستوى التركيب الجسمي (مؤشر كتلة الجسم)										
	مشاركة في أي نشاط بدني.										
	المحددة لتنمية الرشاقة أثناء										
	يمارس المهارات الأساسية										
	في أنشطة الوحدة.										
	متخرج / منحني أثناء مشاركته										
	الجري في خط : مستقيم/										
	يتمكن من الانزلاق الصحيح من										
	الوحدة.										
	أثناء مشاركته في أنشطة										
	بطريقة صحيحة وأمنة وفعالة										
	يتمكن من سحب المقاومات										
	الوحدة.										
	أماماً أثناء مشاركته في أنشطة										
	التربيع والأركان ممتدتان										
	يطبق الوقوف من وضع جوس										
	مشاركته في أنشطة الوحدة.										
	مشاركتها في أنشطة الوحدة.										
	بممر الكرة بطريقة صحيحة										
	ببدين وبيد واحدة أثناء										
	مشاركته في أنشطة الوحدة.										

ملاحظة : يدون المعلم علامة (√) لمستويات الإتقان الثلاثة : أ ، ب ، ج

يدون المعلم علامة (x) لمستوى عدم الإتقان : د

أ: متقن للمعيار ١٠٠% ب: متقن للمعيار من ٩٠% إلى أقل من ١٠٠%

ج: متقن للمعيار ٨٠% إلى أقل من ٩٠% د: غير متقن للمعيار أقل من ٨٠%