



مَلَكَة الْبَحْرَين
وَزَارَةُ التَّرْبِيَةِ وَالْتَّعْلِيمِ

البرمجة الزمنية لمنهج التربية الرياضية

مرحلة التعليم الأساسي

٢٠٢٣-٢٠٢٤ م

الخطة الزمنية لمنهج التربية الرياضية

الفصل الدراسي الثاني		الفصل الدراسي الأول		الفصل
الرابعة	الثالثة	الثانية	الأولى	الوحدة
ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	الحركات الأساسية ومسابقات تتابع	ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	الحركات الأساسية والجمباز	الصف الأول الابتدائي
ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة اليد	الحركات الأساسية ومسابقات تتابع	ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة القدم	الحركات الأساسية والجمباز	الصف الثاني الابتدائي
ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة الطائرة	ألعاب قوى للصغار	ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة السلة	الجمباز	الصف الثالث الابتدائي
كرة اليد	ألعاب قوى	كرة القدم	الجمباز	الصف الرابع الابتدائي
كرة الطائرة	ألعاب قوى	كرة السلة	ألعاب المضرب تنس أو الريشة	الصف الخامس الابتدائي
كرة الطائرة	كرة سلة	كرة اليد	كرة قدم	الصف السادس الابتدائي
كرة اليد	ألعاب قوى	كرة القدم	جمباز	الصف الأول الإعدادي
كرة الطائرة	ألعاب قوى	كرة السلة	ألعاب المضرب تنس أو الريشة	الصف الثاني الإعدادي
اختيار لعبة جماعية سلة / طائرة		اختيار لعبة جماعية يد / قدم		الصف الثالث الإعدادي

الصف الرابع

الصف الخامس

الصف السادس

الصف الأول الابتدائي

الوحدات الدراسية

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الاول	الاولى	الحركات الأساسية والجمباز
	الثانية	الألعاب الصغيرة المرتبطة بالألعاب الجماعية
الثاني	الثالثة	الحركات الأساسية ومسابقات التتابع
	الرابعة	الألعاب الصغيرة المرتبطة بالألعاب الجماعية

الصف الأول الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الحركات الأساسية والجمباز	٩/١٧	٩/٢١		قطارات / صف / دائرة / مربع ناقص ضلع / صفين متقابلين / انتشار (حر، منظم) قصة حركية / ألعاب صغيرة الأداة / الحجم / الشكل / الاستخدامات المشي (على خط مستقيم -على خط متعرج -على الأمشاط -على العقبين) / الجري الحجل / الوثب / زحف / المشي على أربع الوقوف / الدوران / التكorum / الامتداد الجثو / جلوس تربيع / انبساط / رقود التوازن من الثبات (الميزان العالي / الميزان المنخفض) التوازن من الحركة (المشي على الخط / مقعد السوبيدي / عارضة) الدحرجة الجانبية الدحرجة الأمامية جملة فنية (مكونة من خط أو خطين فقط) جملة فنية (مكونة من خط)
	٩/٢٤	٩/٢٨		
	١٠/١	١٠/٥		
	١٠/٨	١٠/١٢		
	١٠/١٥	١٠/١٩		
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		
	١٠/٢٩	١١/٢		
	١١/٥	١١/٩		
	١١/١٢	١١/١٦		
	١١/١٩	١١/٢٣		
ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	١١/٢٦	١١/٣٠		
	١٢/٣	١٢/٧		
	١٢/١٠	١٢/١٤		
	١٢/١٧	١٢/٢١		
				اختبار(١)
				المطاردة (قصة حركية، ألعاب صغيرة) الإحسان بأنواع الكرات المختلفة زحلقة / زحف (قصة حركية، ألعاب صغيرة) التوازن من الثبات والحركة (قصة حركية، ألعاب صغيرة) الضرب بالأدوات
				تمرير أنواع الكرات المختلفة رمي أنواع الكرات المختلفة اللقف (من خلال لعبة أو قصة حركية)
				ركل أنواع الكرات المختلفة المطاردة + الرمي
				المطاردة + الركل مبارزة مصغرة
				اختبار(٢)

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة بسجل الطالب الرياضي

الصف الأول الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
المركبات الأساسية وسباقات تناول	١/٢٨	٢/١		التشكيلات / الأدوات الرياضية
	٢/٤	٢/٨		المشي والعدو / المطاردة (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	٢/١١	٢/١٥		المشي / الجري / سباقات
	٢/١٨	٢/٢٢		السحب / الدفع
	٢/٢٥	٢/٢٩		الرمي باتجاه هدف
	٣/٣	٣/٧		الرمي من وضع الجثو / الوقوف
	٣/١٠	٣/١٤		الجري مع الاستكشاف لمسافة من ٥٠ م إلى ١٠٠ م
	٣/١٧	٣/٢١		الحجل / الوثب (بالقدمين -بقدم واحدة)
	٣/٢٤	٣/٢٨		الحجل / الوثب (باستخدام الأداة - حر)
	٣/٣١	٤/٤		الجري مع تخطي الحواجز
ألعاب صغيرة مرتبطة بالألعاب الجماعية	٤/٧	٤/١١		ألعاب موانع
	٤/١٤	٤/١٨		تطبيقات مسابقات
	٤/٢١	٤/٢٥		اختبار(١)
	٤/٢٨	٤/٣١		المشي والعدو / المطاردة (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	٤/٣٦	٤/٤١		المشي والجري الرمي والقف (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	٤/٤٣	٤/٤٧		المشي والجري والضرب (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	٤/٤٧	٤/٥١		التمرير (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	٤/٥١	٤/٥٥		التنطيط (من خلال لعبة أو قصة حركية)
	٤/٥٥	٤/٥٩		التصوير باليد (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	٤/٥٩	٥/٢		المشي والجري الضرب (من خلال لعبة أو قصة حركية)
الألعاب الجماعية	٤/٦٣	٥/٦		المشي والجري الركل (من خلال لعبة أو قصة حركية)
	٤/٦٧	٥/٦		سباقات وتتابعات (قصة حركية، ألعاب صغيرة)
	٤/٧١	٥/٦		المطاردة + الركل + الرمي من خلال لعبة أو تدريب
	٤/٧٥	٥/٦		لعبة مصغرة تتضمن مهارات الرمي أو الركل أو الضرب باليد أو الأداة أو التصوير
	٥/٦	٥/٩		باليد أو التصوير بالرجل
الألعاب الجماعية	٥/٦	٥/٩		ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
	٥/٥	٥/٩		اختبار(٢)

الصف الثاني الابتدائي

الوحدات الدراسية

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الاول	الاولى	الحركات الأساسية والجمباز
	الثانية	الألعاب الصغيرة المرتبطة بكمة القدم
الثاني	الثالثة	الحركات الأساسية وسباقات التتابع
	الرابعة	الألعاب الصغيرة المرتبطة بكمة اليد

الصف الثاني الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الحركات الأساسية والجمباز	٩/١٧	٩/٢١		الحركات اساسية: المشي، الجري، الدحرجة الأمامية المتکورة
	٩/٢٤	٩/٢٨		الحركات الأساسية: الحجل - الوثب - الرزف - المشي على أربع - الدحرجة الأمامية
	١٠/١	١٠/٥		الحركات أساسية: التوازن-الجثو-الانبطاح - الدحرجة الجانبية
	١٠/٨	١٠/١٢		الدحرجة الخلفية المتکورة.
	١٠/١٥	١٠/١٩		(أوضاع اساسية) الدحرجة الخلفية المتکورة.
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		الدحرجة الأمامية فتحاً
	١٠/٢٩	١١/٢		الحركات الأساسية - الدحرجة الأمامية المتکورة/فتحاً
	١١/٥	١١/٩		الدحرجة الخلفية فتحاً
	١١/١٢	١١/١٦		الحركات الأساسية - الدحرجة الخلفية المتکورة/فتحاً
	١١/١٩	١١/٢٣		الربط ميزان أمامي دحرجة أمامية وخلفية متکورة
ألعاب رياضية مرتبطة بكرة القدم	١١/٢٦	١١/٣٠		جملة حركية من دحرجة أمامية تشمل جميع المهارات التي تم تعلمها
	١١/٣٠	١١/٣٠		جملة حركية من دحرجة أمامية
	١١/٣١	١٢/٧		اختبار (١)
	١١/٥	١١/٩		ألعاب تمثيلية في كرة القدم
	١١/١٢	١١/١٦		الإحساس بالكرة
	١١/١٩	١١/٢٣		الجري بالكرة
	١١/٢٦	١٢/٣		التمرير (وجه القدم)
	١٢/٣	١٢/٧		التمرير (باطن القدم)
	١٢/١٧	١٢/١٤		السيطرة على الكرة
	١٢/١٧	١٢/٢١		ربط مهاري الجري بالكرة والتمرير بباطن وجه القدم
				التصوير
				ألعاب تنافسية (جري بالكرة + التمرير)
				ألعاب تنافسية (جري بالكرة + التصوير)
				تطبيقات مبارزة مصغرة
				تطبيقات مبارزة مصغرة
				اختبار (٢)

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثاني الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الحركات الأساسية وسباقات تناول	١/٢٨	٢/١	ألعاب مغففة مرتبطة بكسرة اليد	البدء العالي الجري مع الاستكشاف لمسافة من ٨٠ إلى ١٠٠ م
	٢/٤	٢/٨		التابع الوثب لأعلى
	٢/١١	٢/١٥		الوثب بالقدمين/ الحجل الوثب بقدم واحدة
	٢/١٨	٢/٢٢		الوثب الطويل رمي الكرة للخلف من فوق الرأس
	٢/٢٥	٢/٢٩		رمي لأبعد مسافة باتجاه هدف العدو / العدو المتعجر
	٣/٣	٣/٧		ألعاب موانع مهرجان
	٣/١٠	٣/١٤		اختبار(١)
	٣/١٧	٣/٢١		المطاردة ألعاب باستخدام كرات اليد
	٣/٢٤	٣/٢٨		الإحساس بالأداء التحكم بالكرة
	٣/٣١	٤/٤		الرمي واللقف التمرير
	٤/٧	٤/١١		التنطيط التصويب
	٤/١٤	٤/١٨		ربط مهاراتي التمرير والتنطيط والتصويب تصويب كرات مختلفة
	٤/٢١	٤/٢٥		ربط المهارات بشكل ألعاب مصغره مهرجان بكرة اليد للصغار
	٤/٢٨	٥/٢		ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
	٥/٥	٥/٩		اختبار(٢)

الصف الثالث الابتدائي

الوحدات الدراسية

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الاول	الاولى	الجمباز
	الثانية	الألعاب الصغيرة المرتبطة بكمة السلة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى للصغار
	الرابعة	الألعاب الصغيرة المرتبطة بكمة الطائرة

الصف الثالث الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
سبعين	٩/١٧	٩/٢١	ألعاب مترابطة بكرة السلة	مراجعة دحرجة أمامية متکورة وفتحا
	٩/٢٤	٩/٢٨		مراجعة دحرجةخلفية متکورة وفتحا
	١٠/١	١٠/٥		مراجعة دحرجة جانبية ودحرجة أمامية وخلفية متکورة وفتحا
	١٠/٨	١٠/١٢		الوقوف على الكتفين
	١٠/١٥	١٠/١٩		الوقوف على الكتفين
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		الوقوف على الرأس
	١٠/٢٩	١١/٢		الوقوف على الرأس
	١١/٥	١١/٩		العجلة الجانبية
	١١/١٢	١١/١٦		العجلة الجانبية
	١١/١٩	١١/٢٣		العجلة الجانبية
عشرون	١١/٢٩	١١/٢	الكرة	ربط بعض المهارات
	١١/٣٠	١١/٣٠		اختبار(١)
	١١/٥	١١/٩		الإحساس بالكرة
	١١/١٢	١١/١٦		مسك الكرة باليدين
	١١/١٩	١١/٢٣		التنطيط
	١١/٢٦	١١/٣٠		ألعاب صغيرة (تنطيط)
	١١/٣٠	١٢/٣		التمرير والاستلام
	١٢/٦	١٢/٧		ألعاب صغيرة (التمرير)
	١٢/١٠	١٢/١٤		التصوير
	١٢/١٧	١٢/٢١		ألعاب صغيرة (تصوير)
عشرين	٩/٢١	٩/٢٨	الكرة	ربط مهارة التنطيط والتمرير والتصوير
	٩/٢٤	٩/٢١		ربط مهارة التنطيط والتمرير والتصوير
	١٠/١٧	١٠/١٤		تطبيق مهارات كرة السلة في شكل مسابقات
	١٠/٢٠	١٠/١٧		تطبيق مهارات كرة السلة في شكل مسابقات
عشرين	١٠/٢٩	١١/٢	الكرة	اختبار(٢)
	١١/٣٠	١٢/٣		الكرة

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثالث الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب التفوي للصغرى	١/٢٨	٢/١	ألعاب التفوي للصغرى	الجري مع الاستكشاف لمسافة من ١٥٠ م إلى ٢٠٠ م البدء المنخفض
	٢/٤	٢/٨		التابع
	٢/١١	٢/١٥		الجري مع تخطي الحواجز
	٢/١٨	٢/٢٢		الوثب من الثبات
	٢/٢٥	٢/٢٩		الوثب الطويل
	٣/٣	٣/٧		الوثب العالي
	٣/١٠	٣/١٤		الرمي باتجاه الهدف
	٣/١٧	٣/٢١		الدفع باتجاه الهدف
	٣/٢٤	٣/٢٨		الرمي من الدوران
	٣/٣١	٤/٤		ألعاب موانع
	٤/٧	٤/١١		مهرجان
	٤/١٤	٤/١٨		(اختبار ١)
	٤/٢١	٤/٢٥		الإحساس بالكرة
	٤/٢٨	٤/٣١		ألعاب الرمي واللقف
ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة الطائرة	٤/٢٨	٥/٢	ألعاب صغيرة مرتبطة بكرة الطائرة	تنظيم الكرة
				درجة الكرة
				ألعاب التمرير من اسفل
				ألعاب التمرير من اسفل
				ألعاب التمرير من اعلى
				ألعاب التمرير من اعلى
				ألعاب الارسال من اسفل
				ألعاب الارسال من اسفل
				منافسات *٤
				مهرجان كرة الطائرة
الخامس عشر	٥/٥	٥/٩	الخامس عشر	ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
				(اختبار ٢)

الصف الرابع الابتدائي

الوحدات الدراسية

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الاول	الاولى	الجمباز
	الثانية	كرة القدم
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	كرة اليد

الصف الرابع الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
سبعين	٩/١٧	٩/٢١	اللعبة	مراجعة الوقوف على الكتفين
	٩/٢٤	٩/٢٨		مراجعة الوقوف على الرأس
	١٠/١	١٠/٥		مراجعة العجلة الجانبية
	١٠/٨	١٠/١٢		الوقوف على اليدين
	١٠/١٥	١٠/١٩		الوقوف على اليدين
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		الدحرجة الإمامية من وضع الوقوف على اليدين.
	١٠/٢٩	١١/٢		الدحرجة الإمامية من وضع الوقوف على اليدين.
	١١/٥	١١/٩		العجلة الجانبية مع ربع لفة
	١١/١٢	١١/١٦		العجلة الجانبية مع ربع لفة
	١١/١٩	١١/٢٣		العجلة الجانبية مع ربع لفة
سبعين	١١/٥	١١/٩	اللعبة	مراجعة ما سبق تعلمه
	١١/١٢	١١/١٦		الجري بالكرة
	١١/١٩	١١/٢٣		تمرير الكرة بباطن القدم و خارج القدم
	١١/٢٦	١١/٣٠		السيطرة على الكرة بباطن القدم و خارج القدم
	١١/٢٩	١١/٣٠		(الجري بالكرة + التمرير + السيطرة)
	١١/٣٦	١٢/٧		التصوير بكرة القدم
	١١/٤٠	١٢/١٤		(التمرير + السيطرة + التصوير)
	١١/٤٣	١٢/٢١		حجز الكرة و حمايتها
	١١/٤٧	١٢/٢١		الخداع بالجسم
	١١/٤٩	١٢/٢١		(الخداع + التصوير)
الحادي عشر	١٢/١٠	١٢/١٤	اللعبة	ألعاب تنافسية باستخدام كرة القدم
	١٢/١٧	١٢/٢١		مهرجان لكرة القدم للصغرى
	١٢/٢٧	١٢/٢١		اختبار(٢)

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة بسجل الطالب الرياضي

الصف الرابع الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب القوى	١/٢٨	٢/١	ألعاب القوى	الجري مع الاستكشاف لمسافة من ٣٠٠ م إلى ٥٠٠ م
	٢/٤	٢/٨		العدو
	٢/١١	٢/١٥		التابع
	٢/١٨	٢/٢٢		ألعاب الموانع
	٢/٢٥	٢/٢٩		الجري مع تخطي الحواجز
	٣/٣	٣/٧		الوثب الطويل
	٣/١٠	٣/١٤		الوثب العالي
	٣/١٧	٣/٢١		الدفع من الدوران
	٣/٢٤	٣/٢٨		الرمي من الدوران
	٤/٧	٤/١١		مهرجان
اليد	٤/١٤	٤/١٨	اليد	مهرجان
	٤/٢١	٤/٢٥		(١) اختبار
	٤/٢٨	٤/٣١		الإحساس بالكرة
	٤/٤	٤/٦		الرمي واللقف
	٤/٧	٤/١١		التقط الكرة المتدرجة على الأرض
	٤/١٤	٤/١٨		استلام ومسك الكرة باليدين
	٤/٢١	٤/٢٥		التمرير والاستلام
	٤/٢٤	٤/٢٨		تطبيقات على تمرير واستلام
	٤/٢٧	٤/٣١		التنطيط
	٤/٣١	٤/٣٥		التنطيط
الكتاب	٤/٣٥	٤/٣٩	الكتاب	التصوير
	٤/٤٣	٤/٤٧		تطبيقات على التصوير
	٤/٤٧	٤/٥١		تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون
	٤/٥١	٤/٥٥		مهرجان بكرة اليد للصغرى
	٤/٥٥	٤/٥٩		ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
الكتاب	٤/٥٩	٤/٦٣	الكتاب	(٢) اختبار
	٤/٦٣	٤/٦٧		

الصف الخامس الابتدائي

الوحدات الدراسية

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الاول	الاولى	العب المضرب تنس أو الريشة
	الثانية	كرة السلة
الثاني	الثالثة	العب القوى
	الرابعة	كرة الطائرة

الصف الخامس الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
السبعينية - المرحلة الثالثة	٩/١٧	٩/٢١		المسكates الأساسية (القبضة الأمامية/الخلفية)
	٩/٢٤	٩/٢٨		وقفة الاستعداد + التحرك بالملعب
	١٠/١	١٠/٥		الإرسال الامامي القصير + الطويل
	١٠/٨	١٠/١٢		الإرسال الخلفي القصير + الطويل
	١٠/١٥	١٠/١٩		ضربة الشبكة والطعن ١
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		ضربة الشبكة والطعن ٢
	١٠/٢٩	١١/٢		ألعاب مراجعة
	١١/٥	١١/٩		ضربات التخلص الامامية
	١١/١٢	١١/١٦		مهارة الرفع من الوجه الامامي من المضرب
	١١/١٥	١١/١٩		مهارة الرفع من الوجه الخلفي من المضرب
	١١/٢٢	١١/٢٦		منافسات
	١١/٢٩	١١/٣٠		منافسات
	١١/٣٥	١٢/٧		اختبار(١)
	١١/٥	١١/٩		الإحساس بالكرة
السلسة	١١/١٢	١١/١٦		تنطيط الكرة من الثبات ومن الحركة يد يمين ويد يسار
	١١/١٩	١١/٢٣		التمريرة الصدرية
	١١/٢٦	١١/٣٠		التمريرة المرتدة
	١١/٢٩	١١/٣٤		التمريرة من فوق الرأس
	١١/٣٦	١٢/٧		ربط التنطيط والتمرير
	١١/٣٩	١٢/١٤		التصوير من الثبات
	١١/٤٢	١٢/٢١		ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصوير
	١١/٤٥	١٢/٢٨		ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصوير
	١١/٤٨	١٢/٣١		حركات القدمين الدفاعية (سلبي) ضد تنطيط الكرة
	١١/٤١	١٢/٣٤		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)
	١١/٤٤	١٢/٣٧		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)
	١١/٤٧	١٢/٤٠		اختبار(٢)

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة يسجل الطالب الرياضي

الصف الخامس الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب المصرب - تنس الطاولة	٩/١٧	٩/٢١	ألعاب المصرب - تنس الطاولة	مسك المضرب (مسكة المصافحة)
	٩/٢٤	٩/٢٨		التحكم والسيطرة ١
	١٠/١	١٠/٥		التحكم والسيطرة ٢
	١٠/٨	١٠/١٢		وقفة الاستعداد (المجومية والدافعية)
	١٠/١٥	١٠/١٩		حركات القدمين
	١٠/١٥	١٠/١٩		الارسال (العلوي بالوجه الامامي للمضرب)
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		الارسال (العلوي بالوجه الخلفي للمضرب)
	١٠/٢٩	١١/٢		الضربة الامامية (١)
	١١/٥	١١/٩		الضربة الامامية (٢)
	١١/١٢	١١/١٦		الضربة الخلفية (١)
كرة السلة	١١/١٩	١١/٢٣	كرة السلة	الضربة الخلفية (٢)
	١١/٢٦	١١/٣٠		تطبيقات وشرح مبسط للقانون
	١١/٢٩	١١/٣٠		اختبار (١)
	١١/٥	١١/٩		الإحساس بالكرة
	١١/١٢	١١/١٦		تنطيط الكرة من الثبات ومن الحركة يد يمين ويد يسار
	١١/١٩	١١/٢٣		التمريرة الصدرية
	١١/٢٦	١١/٣٠		التمريرة المرتدة
	١١/٣٠	١٢/٣		التمريرة من فوق الرأس
	١٢/٣	١٢/٧		ربط التنطيط والتمرير
	١٢/١٧	١٢/٢١		التصوير من الثبات
السبورات	١٢/١٧	١٢/٢١	السبورات	ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصوير
	١٢/٢٦	١٢/٣٠		ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصوير
	١٢/٣٠	١٢/١٤		ربط مهارات التنطيط والتمرير والتصوير
	١٢/٣٠	١٢/٢١		تحركات القدمين الدافعية (سلبي) ضد تنطيط الكرة
	١٢/٢١	١٢/١٧		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)
السبورات	١٢/١٧	١٢/٢١	السبورات	تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)
	١٢/٢١	١٢/٢١		اختبار (٢)

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة يسجل الطالب الرياضي

الصف الخامس الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب أفقية	١/٢٨	٢/١	ألعاب أفقية	البدء العالي
	٢/٤	٢/٨		البدء المنخفض
	٢/١١	٢/١٥		سباق التتابع
	٢/١٨	٢/٢٢		سباق الموانع
	٢/٢٥	٢/٢٩		جري مع تحليق الحواجز
	٣/٣	٣/٧		الوسب من الثبات
	٣/١٠	٣/١٤		الوسب الطويل
	٣/١٧	٣/٢١		الوسب العالي
	٣/٢٤	٣/٢٨		رمي من الدوران
	٣/٣١	٤/٤		دفع من الدوران
ألعاب عمودية	٤/٧	٤/١١	ألعاب عمودية	مهرجان - الميدان
	٤/١٤	٤/١٨		مهرجان - المضمار
	٤/٢١	٤/٢٥		اختبار (١)
	٤/٢٨	٤/٤		الإحساس بالكرة
	٤/٣١	٤/٤		وقفات الاستعداد
	٤/٧	٤/١١		التمرير من أسفل
	٤/١٤	٤/١٨		التمرير من أعلى
	٤/٢١	٤/٢٥		الإرسال من أسفل مواجه
	٤/٢٨	٥/٢		الإرسال من أعلى
	٥/٥	٥/٩		الإرسال من أعلى
الألعاب جماعية	٥/٢	٥/٢	الألعاب جماعية	ربط التمرير من أسفل بالتمرير من أعلى
	٥/٨	٥/٩		ربط الإرسال و التمرير من أسفل
القوانين	٥/١٠	٥/١٠	القوانين	قانون اللعبة بشكل مبسط
	٥/١٣	٥/١٣		ألعاب جماعية مرتبطة بمهارات السابقة
الختبار	٥/١٣	٥/١٣	الختبار	اختبار (٢)
	٥/١٣	٥/١٣		

الصف السادس الابتدائي

الوحدات الدراسية

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الاول	الاولى	كرة القدم
	الثانية	كرة اليد
الثاني	الثالثة	كرة السلة
	الرابعة	كرة الطائرة

الصف السادس الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ال أسبوع الأول	٩/١٧	٩/٢١	٦٣	مراجعةه ما سبق تعلمه
	٩/٢٤	٩/٢٨		الجري بالكرة
	١٠/١	١٠/٥		تمرير الكرة الثابتة و المتحركة
	١٠/٨	١٠/١٢		السيطرة على الكرة بباطن القدم و خارج القدم
	١٠/١٥	١٠/١٩		التمرير + السيطرة
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		السيطرة بالفخذ
	١٠/٢٩	١١/٢		ضرب الكرة بالرأس
	١١/٥	١١/٩		التصوير من الجري
	١١/١٢	١١/١٦		دمج المهارات (التمرير + السيطرة + التصويب)
	١١/١٥	١١/١٩		حجز الكرة و حمايتها
ال أسبوع الثاني	١١/١٩	١١/٢٣	٦٤	الراوغة في كرة القدم
	١١/٢٢	١١/٢٦		مبادرات مصغرفة في كرة القدم
	١١/٢٩	١١/٣٠		اختبار(١)
	١١/٥	١١/٩		الرمي واللقف
	١١/١٢	١١/١٦		استلام الكرة باليدين
	١١/١٩	١١/٢٣		التمرير من مستوى الرأس
	١١/٢٦	١١/٣٠		التمرير من مستوى الرأس
	١١/٣٠	١٢/٣		تنطيط الكرة من الثبات و الحركة
	١١/٢٦	١٢/٧		تنطيط الكرة من الثبات و الحركة
	١٢/٣	١٢/١٤		التصوير من الثبات للأمام على المرمى.
ال أسبوع الثالث	١٢/٧	١٢/١٤	٦٥	التصوير من الثبات للأمام على المرمى.
	١٢/١٧	١٢/٢١		التصوير من الوثب على المرمى.
	١٢/١٧	١٢/٢١		التصوير من الوثب على المرمى.
	١٢/١٧	١٢/٢١		حارس المرمى
	١٢/١٧	١٢/٢١		تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون
ال أسبوع الرابع	١٢/١٧	١٢/٢١	٦٦	اختبار(٢)
	١٢/١٧	١٢/٢١		التصوير من الوثب على المرمى.
	١٢/١٧	١٢/٢١		التصوير من الوثب على المرمى.
	١٢/١٧	١٢/٢١		حراس المرمى
	١٢/١٧	١٢/٢١		تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة يسجل الطالب الرياضي

الصف السادس الابتدائي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
السبورة	١/٢٨	٢/١	الكرة	تنطيط الكرة
	٢/٤	٢/٨		تطبيقات التنطيط
	٢/١١	٢/١٥		التمريرة الصدرية
	٢/١٨	٢/٢٢		التمريرة المرتدة
	٢/٢٥	٢/٢٩		التمريرة من فوق الرأس
	٢/٣	٣/٧		التمريرة الكتفية
	٢/١٠	٣/١٤		التصوير من الثبات
	٢/١٣	٣/٢١		التصوير من الوثب
	٢/٢٥	٣/٢٨		التصويرية السلمية
	٣/٣	٣/٢١		ربط مهارات التمرير والتصوير والتنطيط
الطاولة	٣/١٧	٣/٢١	الكرة	تطبيقات
	٣/٢٤	٣/٢٨		التمرير من اسفل
	٣/٣١	٤/٤		التمرير من اعلى
	٤/٧	٤/١١		الارسال من اسفل
	٤/١٤	٤/١٨		الارسال من اعلى
	٤/٢١	٤/٢٥		ربط الارسال مع التمرير من اسفل + اعلى
	٤/٢٨	٤/٢٨		الضرب الساحق
	٤/٢١	٤/٢٥		الضرب الساحق
	٤/١٤	٤/١٨		الصد الفردي
	٤/١٠	٤/٩		الصد الفردي
الألعاب	٥/٥	٥/٩	الكرة	تشكيلات الدفاع
	٤/٢٨	٤/٢٥		قانون كرة الطائرة
	٤/٢١	٤/٢٥		ألعاب تنافسية ربط المهارات
الألعاب	٤/٢٨	٤/٢	الكرة	ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
	٥/٥	٥/٩		اختيار(٢)

الصف الأول الإعدادي

الوحدات الدراسية

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	جمباز
	الثانية	كرة القدم
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	كرة اليد

الصف الأول الإعدادي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
سبعين	٩/١٧	٩/٢١	الكرة	الدحرجة الأمامية المستقيمة
	٩/٢٤	٩/٢٨		الدحرجة الأمامية المستقيمة
	١٠/١	١٠/٥		الدحرجة الخلفية المتکورة
	١٠/٨	١٠/١٢		دحرجة خلفية مستقيمة
	١٠/١٥	١٠/١٩		دحرجة خلفية مستقيمة
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		الوقوف على اليدين
	١٠/٢٩	١١/٢		الشقلبة الأمامية على اليدين
	١١/٥	١١/٩		الشقلبة الأمامية على اليدين
	١١/١٢	١١/١٦		الشقلبة الأمامية على اليدين
	١١/١٩	١١/٢٣		ربط المهارات
سبعين	١١/٥	١١/٩	الكرة	جملة حركية
	١١/١٢	١١/١٦		جملة حركية
	١١/١٩	١١/٢٣		اختبار(١)
	١١/٢٦	١١/٣٠		مراجعة ما سبق تعلمه
	١١/٣٠	١٢/٣		الجري بالكرة
	١٢/٣	١٢/٧		السيطرة على الكرة + التمرير
	١٢/١٠	١٢/١٤		جري + تمرير+ تصويب
	١٢/١٧	١٢/٢١		الخداع (بسيط + مركب)
	١٢/٢١	١٢/٢١		الخداع + التصويب
	١٢/٢٦	١٢/٣٠		ضرب الكرة بالرأس
سبعين	١٢/٣٠	١٢/٣٠	الكرة	السيطرة-امتصاص الكرة (بالفخذ+بالصدر)
	١٢/٣	١٢/٧		رمي التماس
	١٢/١٠	١٢/١٤		حراسة المرمى (مسك الكرة)
	١٢/١٧	١٢/٢١		ألعاب تنافسية
	١٢/٢١	١٢/٢١		مهرجان
سبعين	١٢/٢١	١٢/٢١	الكرة	اختبار(٢)
	١٢/٣٠	١٢/٣٠		الثاني عشر
	١٢/٣٠	١٢/٣٠		الثالث عشر
	١٢/٣٠	١٢/٣٠		الرابع عشر
	١٢/٣٠	١٢/٣٠		الخامس عشر

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة بسجل الطالب الرياضي

الصف الأول الإعدادي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب القوى	١/٢٨	٢/١	ألعاب القوى	عدو مسافة ٥٠ متر
	٢/٤	٢/٨		عدو مسافة ١٠٠ متر
	٢/١١	٢/١٥		جري مسافة ٤٠٠ متر
	٢/١٨	٢/٢٢		عدو حواجز مسافة ٥٠ متر
	٢/٢٥	٢/٢٩		عدو حواجز مسافة ٥٠ متر
	٣/٣	٣/٧		سباق التتابع
	٣/١٠	٣/١٤		سباق التتابع
	٣/١٧	٣/٢١		الوثب الطويل
	٣/٢٤	٣/٢٨		الوثب العالي
	٣/٣١	٤/٤		رمي القرص
الكرة	٤/٧	٤/١١	الكرة	منافسات
	٤/١٤	٤/١٨		اختبار(١)
	٤/٢١	٤/٢٨		الإحساس بالكرة
	٤/٢٤	٤/٢٨		التمرير والاستلام
	٤/٣١	٤/٤		استلام الكرة بيد واحدة
	٤/٦	٤/١١		التمريرة المرتدة
	٤/١٤	٤/١٨		التنطيط من الحركة
	٤/٢١	٤/٢٥		التصوير من الارتكاز (مستوى فوق الرأس)
	٤/٢٨	٤/٣١		التصوير من الارتكاز (مستوى الحوض)
	٥/٥	٥/٩		التصوير من الوثب للأمام
الألعاب الجماعية	٥/٥	٥/٢	الألعاب الجماعية	الخداع البسيط
	٤/٢٨	٤/٢١		ربط المهارات بشكل العاب جماعية
	٤/٢١	٤/١٤		ربط المهارات بشكل العاب جماعية
	٥/٥	٥/٩		مهرجان بكرة اليد للصغار
الألعاب المائية	٥/٩	٥/٢	الألعاب المائية	ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
	٦/٥	٦/٩		اختبار(٢)

الصف الثاني الإعدادي

الوحدات الدراسية

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	ألعاب المضرب تنس أو الريشة
	الثانية	كرة السلة
الثاني	الثالثة	ألعاب القوى
	الرابعة	كرة الطائرة

الصف الثاني الإعدادي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب المضمار - الرشوة الطازة	٩/١٧	٩/٢١		ألعاب ديناميكية لحركة اليد + القانون الاساسي للعب
	٩/٢٤	٩/٢٨		المسكates الأساسية
	١٠/١	١٠/٥		التحركات في مراكز اللعب
	١٠/٨	١٠/١٢		الإرسال الامامي القصير والطويل
	١٠/١٥	١٠/١٩		الإرسال الخلفي القصير والطويل
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		السحب من منتصف الملعب
	١٠/٢٩	١١/٢		مهارات الرفع بالجهتين (امامي وخلفي)
	١١/٥	١١/٩		ضرية الشبكية
	١١/١٢	١١/١٦		ضرية الاصطدام
	١١/١٥	١١/١٩		ضرivities التخلص الامامية
كرة السلة	١١/٥	١١/٩		منافسات فردية ب نقاط محددة
	١١/١٢	١١/١٦		منافسات زوجية ب نقاط محددة
	١١/١٩	١١/٢٣		اختبار (١)
	١١/٢٦	١١/٣٠		الإحساس بالكرة
	١١/٣٠	١١/٣٠		التطاير
	١١/١٢	١١/١٦		مراجعة أنواع التمرير من الحركة (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)
	١١/١٩	١١/٢٣		مراجعة أنواع التمرير من الحركة (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين)
	١١/٢٦	١٢/٧		التمريرة المرتدة بيد واحدة
	١١/٣٠	١٢/١٤		التصوير من الوثب والثبات
	١٢/١٧	١٢/٢١		التصويرية السلمية
الكرة الطائرة	١٢/١٧	١٢/٢١		مراجعة التصوير وربطها بمهارة التنطيط والتتمرير
	١٢/٣	١٢/٧		مراجعة التصوير وربطها بمهارة التنطيط والتتمرير
	١٢/١٠	١٢/١٤		المتابعة الدفاعية والمتابعة الهجومية
	١٢/١٧	١٢/٢١		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)
الكرة الطائرة	١٢/١٧	١٢/٢١		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة)
				اختبار (٢)

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة بسجل الطالب الرياضي

الصف ثانى الإعدادي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
أعوام الأخيرة - البداية	٩/١٧	٩/٢١	ألعاب الكرة السلة	مسك المضرب(مسكة المصافحة + مسكة القلم) التحكم والسيطرة وقفة الاستعداد + حركات القدمين الإرسال (العلوي بالوجه الامامي والخلفي) الضربة الامامية الضربة الخلفية ربط الإرسال بنوعيه مع الضربة الامامية والخلفية الدفع الخلفي الدفع الامامي الضرب الساحق تطبيقات على اللعب الفردي وشرح مبسط للقانون تطبيقات على اللعب الزوجي وشرح مبسط للقانون اختبار(١)
	٩/٢٤	٩/٢٨		
	١٠/١	١٠/٥		
	١٠/٨	١٠/١٢		
	١٠/١٥	١٠/١٩		
	١٠/٢٢	١٠/٢٦		
	١٠/٢٩	١١/٢		
	١١/٥	١١/٩		
	١١/١٢	١١/١٦		
	١١/١٩	١١/٢٣		
الأخيرة	١١/٢٦	١١/٣٠	الأخيرة	مراجعة أنواع التمرير من الحركة (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين) مراجعة أنواع التمرير من الحركة (الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين) التمريرة المرتدة بيد واحدة التصوير من الوثب والثبات التصويرية السلمية مراجعة التصوير وربطها بمهارة التنطيط والتمرير مراجعة التصوير وربطها بمهارة التنطيط والتمرير المتابعة الدفاعية والمتابعة الهجومية تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة) تطبيقات مهارات كرة السلة (مباراة مصغرة) اختبار(٢)
	١٢/٣	١٢/٧		
	١٢/١٠	١٢/١٤		
	١٢/١٧	١٢/٢١		
	١٢/١٧	٩/١٧		

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة سجل الطالب الرياضي

الصف ثانى الإعدادي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
ألعاب آتومي	١/٢٨	٢/١	ألعاب آتومي	جري مسافة ٤٠٠ متر
	٢/٤	٢/٨		جري التتابع 4×100 متر
	٢/١١	٢/١٥		جري التتابع 4×100 متر
	٢/١٨	٢/٢٢		الوثب العالي
	٢/٢٥	٢/٢٩		الوثب العالي
	٣/٣	٣/٧		دفع الجلة
	٣/١٠	٣/١٤		دفع الجلة
	٣/١٧	٣/٢١		رمي القرص
	٣/٢٤	٣/٢٨		رمي القرص
	٣/٣١	٤/٤		منافسات في دفع الجلة / رمي القرص
ألعاب الطائرة	٤/٧	٤/١١	ألعاب الطائرة	مهرجان
	٤/١٤	٤/١٨		اختبار (١)
	٤/٢١	٤/٢٥		التمرير من أعلى
	٤/٢٤	٤/٢٨		التمرير من أسفل
	٤/٣١	٤/٤		الإرسال من أعلى
	٤/٧	٤/١١		الإرسال من أسفل
	٤/١٤	٤/١٨		الضرب الساحق
	٤/٢١	٤/٢٥		الضرب الساحق
	٤/٢٨	٤/٣١		الصد الفردي
	٥/٥	٥/٩		الصد الفردي
الألعاب الجماعية	٥/٥	٥/٢	الألعاب الجماعية	منافسات 4×4
	٥/٢٨	٤/٢٨		منافسات 6×6
	٤/٢١	٤/٢٥		قانون كرة الطائرة
	٤/٢٨	٥/٢		تطبيقات جماعية
الألعاب المائية	٥/٥	٥/٩	الألعاب المائية	ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
	٥/٩	٥/٩		اختبار (٢)

الصف الثالث الإعدادي

الوحدات الدراسية

الفصل	الوحدة	أسم الوحدة
الأول	الأولى	اختيار لعبة جماعية كرة اليد أو كرة القدم
	الثانية	
الثاني	الثالثة	اختيار لعبة جماعية كرة السلة أو كرة الطائرة
	الرابعة	

الصف الثالث الإعدادي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الثاني	٩/١٧	٩/٢١	٦٠ دقيقة	مراجعة ما سبق تعلمه
الثالث	٩/٢٤	٩/٢٨		مراجعة ما سبق تعلمه
الرابع	١٠/١	١٠/٥		الجري بالكرة بداخل القدم
الخامس	١٠/٨	١٠/١٢		الجري بالكرة بخارج القدم
السادس	١٠/١٥	١٠/١٩		التمرير القصير
السابع	١٠/٢٢	١٠/٢٦		التمرير الطويل
الثامن	١٠/٢٩	١١/٢		تطبيقات على التمرير
التاسع	١١/٥	١١/٩		السيطرة (باطن + خارج القدم)
العاشر	١١/١٢	١١/١٦		امتصاص (فخذ-صدر)
الحادي عشر	١١/١٩	١١/٢٣		تطبيقات على السيطرة والامتصاص
الثاني عشر	١١/٢٦	١١/٣٠		الخداع (مركب)
الثالث عشر	١٢/٣	١٢/٧		التصوير
الرابع عشر	١٢/١٠	١٢/١٤		اختبار (١)
الخامس عشر	١٢/١٧	١٢/٢١		مراجعة ما سبق تعلمه

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة يسجل الطالب الرياضي

الصف الثالث الإعدادي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الأول

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الثاني	٩/١٧	٩/٢١		مسك الكرة باليدين والإحساس بالكرة
الثالث	٩/٢٤	٩/٢٨		مسك الكرة باليدين والإحساس بالكرة
الرابع	١٠/١	١٠/٥		استلام الكرة باليدين
الخامس	١٠/٨	١٠/١٢		الاستلام بيد واحدة
السادس	١٠/١٥	١٠/١٩		التمرير من مستوى الرأس
السابع	١٠/٢٢	١٠/٢٦		التمرير المرتدة
الثامن	١٠/٢٩	١١/٢		التمرير من الرسغ
التاسع	١١/٥	١١/٩		تنطيط الكرة من الثبات
العاشر	١١/١٢	١١/١٦		تنطيط الكرة من الحركة
الحادي عشر	١١/١٩	١١/٢٣		التصوير من الارتكاز (فوق مستوى الرأس)
الثاني عشر	١١/٢٦	١١/٣٠		التصوير من الارتكاز (مستوى الحوض)
الثالث عشر	١٢/٣	١٢/٧		التصوير من الوثب للأمام
الرابع عشر	١٢/١٠	١٢/١٤		اختبار(١)
الخامس عشر	١٢/١٧	١٢/٢١		التصوير من الوثب للأعلى
				التصوير من السقوط
				الخداع البسيط
				الخداع المركب
				حارس المرمى
				الحركات الدفاعية
				ربط جميع المهارات بشكل ألعاب جماعية
				ربط جميع المهارات بشكل ألعاب جماعية
				الخطط الدفاعية
				الخطط الهجومية
				تطبيق جماعي والتعرف على مواد القانون
				تطبيق جماعي
				اختبار(٢)

خصص الأسبوع الأول لتنفيذ اختبارات اللياقة البدنية المدرجة بسجل الطالب الرياضي

الصف الثالث الإعدادي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني

الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	١/٢٨	٢/١	كرة السلة	الإحساس بالكرة
	٢/٤	٢/٨		التنطيط
	٢/١١	٢/١٥		تطبيقات على التنطيط
	٢/١٨	٢/٢٢		التمريمة الصدرية
	٢/٢٥	٢/٢٩		التمريمة المرتدة باليدين
	٣/٣	٣/٧		التمريمة المرتدة بيد واحدة
	٣/١٠	٣/١٤		التمريمة الكتفية
	٣/١٧	٣/٢١		التمريض فوق الرأس
	٣/٢٤	٣/٢٨		تطبيقات على التمرين
	٣/٣١	٤/٤		ربط مهارات التنطيط والتمرين
الثاني	٣/١٧	٣/٢١		الارتكاز والتوقف بعد التمرين والتنطيط
	٤/٧	٤/١١		التصوير من الثبات
	٤/١٤	٤/١٨		(اختبار ١)
	٤/٢١	٤/٢٥		التصوير من الوثب
	٤/٢٤	٤/٢٨		التصويرية السلمية
	٤/٣١	٤/٤		التصويرية السلمية مع التمرين والتنطيط
	٤/٦	٤/١١		التصوير بمتابعة الكرة المرتدة
	٤/١٤	٤/١٨		المتابعة الدفاعية والهجومية
	٤/٢١	٤/٢٥		ربط المتابعة الدفاعية مع التنطيط والتمرين والتصوير
	٤/٢٨	٥/٢		تحركات القدمين
الثالث	٤/٢٨	٥/٩		وقفة الاستعداد الدفاعية وحركات القدمين
	٥/٥	٥/٩		اللعب الدافعي
	٥/١٤	٤/١٨		اللعب الهجومي
	٤/٢١	٤/٢٥		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباريات مصغرة)
	٤/٢٨	٥/٢		تطبيقات مهارات كرة السلة (مباريات مصغرة)
الرابع	٥/٥	٥/٩		ألعاب جماعية مرتبطة بمهارات السابقة
	٥/٩	٥/٩		(اختبار ٢)
الخامس عشر	٥/٥	٥/٩		
	٥/٩	٥/٩		

الصف الثالث الإعدادي

البرمجة الزمنية

الفصل الدراسي الثاني				
الأسبوع	من	إلى	اللعبة	المهارات
الأول	١/٢٨	٢/١		اللعب بالكرة بشكل فردي
	٢/٤	٢/٨		اللعب بالكرة بشكل زوجي
	٢/١١	٢/١٥		التمرير من أسفل
	٢/١٨	٢/٢٢		التمرير من أسفل مع التحرك
	٢/٢٥	٢/٢٩		التمرير من الأعلى
	٣/٣	٣/٧		التمرير من الأعلى (الاعداد)
	٣/١٠	٣/١٤		ربط التمرير من أسفل مع الاعداد
	٣/١٧	٣/٢١		الارسال من الأعلى
	٣/٢٤	٣/٢٨		الارسال من الأعلى
	٣/٣١	٤/٤		ربط الارسال من الأعلى والاستقبال
الثاني	٤/٧	٤/١١		الضرب الساحق الامامي
	٤/١٤	٤/١٨		الضرب الساحق الخلفي
	٤/٢١	٤/٢٥		(اختبار) (١)
	٤/٢٨	٤/٣١		ربط الارسال، التمرير من أسفل، التمرير من اعلى
	٤/٣٦	٤/٤١		ربط التمرير من اعلى، الضرب الساحق
	٤/٤٧	٤/٤٦		الصد الفردي
	٤/٥٢	٤/٥٦		الصد الفردي
	٤/٥٩	٤/٥٩		ربط التمرير من اعلى، الضرب الساحق ، الصد الفردي
	٤/٦٣	٤/٦٣		ربط الضرب الساحق، الصد الفردي ، تغطية الملعوب
	٤/٦٧	٤/٦٧		منافسات *٤
الثالث	٤/٧٠	٤/٧٠		منافسات ٦*
	٤/٧٤	٤/٧٤		ربط المهارات بشكل العاب جماعية
	٤/٧٨	٤/٧٨		ربط المهارات بشكل العاب جماعية
	٤/٨٢	٤/٨٢		قانون كرة الطائرة
	٤/٨٦	٤/٨٦		تطبيقات جماعية
	٤/٩٠	٤/٩٠		ألعاب جماعية مرتبطة بالمهارات السابقة
	٤/٩٤	٤/٩٤		(اختبار) (٢)
	٤/٩٨	٤/٩٨		
	٤/٩٩	٤/٩٩		
	٥/٥	٥/٥		