

الأسبوع الخامس 1441 / 1 / 30 هـ إلى 1441 / 2 / 4 هـ	الأسبوع الرابع 1441 / 1 / 23 هـ إلى 1441 / 1 / 27 هـ	الأسبوع الثالث 1441 / 1 / 16 هـ إلى 1441 / 1 / 20 هـ	الأسبوع الثاني 1441 / 1 / 9 هـ إلى 1441 / 1 / 13 هـ	الأسبوع الأول 1441 / 1 / 2 هـ إلى 1441 / 1 / 6 هـ
تنطيط الكرة باليدين بطريقة صحيحة على الأرض	نقل الأداة فوق الرأس بثبات وارتزان	الارتكاز بطريقة صحيحة على الظهر مع تغيير الاتجاه	الانزلاق بطريقة صحيحة في اتجاهي الخلف والجانب	الاستعدادات والتجهيزات والقياس القبلي لمستوى اللياقة البدنية
الأسبوع العاشر 1441 / 3 / 6 هـ إلى 1441 / 3 / 10 هـ	الأسبوع التاسع 1441 / 2 / 28 هـ إلى 1441 / 3 / 3 هـ	الأسبوع الثامن 1441 / 2 / 21 هـ إلى 1441 / 2 / 25 هـ	الأسبوع السابع 1441 / 2 / 14 هـ إلى 1441 / 2 / 18 هـ	الأسبوع السادس 1441 / 2 / 7 هـ إلى 1441 / 2 / 11 هـ
الوقوف على الرأس بطريقة صحيحة	الارتكاز على المقعدة مع الدوران حول مركز الارتكاز	السقوط بطريقة صحيحة وأمنة في اتجاهات مختلفة	العاب صغيرة ومسابقات	تنمية المقدرة على التصور الحركي
الأسبوع الخامس عشر 1441 / 4 / 11 هـ إلى 1441 / 4 / 15 هـ	الأسبوع الرابع عشر 1441 / 4 / 4 هـ إلى 1441 / 4 / 8 هـ	الأسبوع الثالث عشر 1441 / 3 / 27 هـ إلى 1441 / 4 / 1 هـ	الأسبوع الثاني عشر 1441 / 3 / 20 هـ إلى 1441 / 3 / 24 هـ	الأسبوع الحادي عشر 1441 / 3 / 13 هـ إلى 1441 / 3 / 17 هـ
التعرف على حالة القلب أثناء ممارسة النشاط البدني بصورة مبسطة	رمي الكرة بطريقة صحيحة	الطعن على القدمين بالتبادل في جميع الاتجاهات تطبيق الميزان الجانبي	التعلق بطريقة صحيحة وأمنة حسب مستويات مختلفة	تنطيط الكرة باليدين في الهواء
المعلم : مشرف المادة : مدير المدرسة :	بداية إجازة نهاية العام 1441 / 5 / 7 هـ إلى 1441 / 5 / 24 هـ	الأسبوع السابع عشر 1441 / 4 / 25 هـ إلى 1441 / 4 / 29 هـ	الأسبوع السادس عشر 1441 / 4 / 18 هـ إلى 1441 / 4 / 22 هـ	اختبارات الفصل الدراسي الأول