














## الخطة التفصيلية لمادة التربية البدنية الصف الأول ابتدائي الفصل الدراسي الثاني ١٤٤١ هـ

الأسبوع	الأسبوع الأول ٥/٢٤ - ٥/٢٨	الأسبوع الثاني ٦/١ - ٦/٥	الأسبوع الثالث ٦/٨ - ٦/١٢	الأسبوع الرابع ٦/١٥ - ٦/١٩	الأسبوع الخامس ٦/٢٢ - ٦/٢٦	الأسبوع السادس ٦/٢٩ - ٧/٣	الأسبوع السابع ٧/٦ - ٧/١٠
المهارة	تحريك الرجل من مفصل الفخذ	صعود السلم	الوقوف باتزان فوق قاعدة ثابتة	لقف الكرة	اللف حول المحور الطولي للجسم	الزحف الصحيح	المشي باتزان على خط مستقيم
صورة المهارة							
الأسبوع	الأسبوع الثامن ٧/١٣ - ٧/١٧	الأسبوع التاسع ٧/٢٠ - ٧/٢٤	الأسبوع العاشر ٨/٢ - ٨/٦	الأسبوع الحادي عشر ٨/٩ - ٨/١٥	الأسبوع الثاني عشر ٨/١٢ - ٨/١٦	الأسبوع الثالث عشر ٨/١٩ - ٨/٢٣	الأسبوع الرابع عشر ٨/٢٦ - ٨/٣٠
المهارة	الارتعاش الصحيح	الانزلاق الصحيح	الاتزان بالاستناد بالظهر على الحائط	إيقاف الكرة ركل الكرة الثابتة	الارتكاز على مشط القدم وتغيير الاتجاه	العدو الصحيح	الوقوف على قاعدة ثابتة بقدم واحدة
صورة المهارة							
الأسبوع	الأسبوع الخامس عشر ٩/٣ - ٩/٧	اعداد مجموعة التربية البدنية S.M		الأهداف البدنية			
تقويم بدني	يؤدي الطالب التمرينات البدنية التي تنمي اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة واللياقة الحركية. يؤدي التمرينات المهارية الحركية التي تنمي عنصر المرونة. يؤدي التمرينات المهارية الحركية التي تنمي عنصر القوة.						
الأسبوع	الوحدة ٤	الوحدة ٥	الوحدة ٦	الوحدة ٧	الأهداف المعرفية		
	يدرك ضرر المشارة الخطرة على الزميل اثناء ممارسة النشاط البدني .	يدرك كيفية اتزان الجسم أثناء الثبات .	يدرك كيفية اتزان الجسم أثناء الحركة .	يعرف وظيفة صيدلية الإسعافات الأولية أثناء النشاط البدني.			
الأسبوع	الوحدة ٤	الوحدة ٥	الوحدة ٦	الوحدة ٧	الأهداف الوجدانية		
	يقدّر قيمة النظام .	يقدّر قيمة الصدق.	يقدّر قيم الامانة	يؤدي الطالب ما يطلب منه ذاتيا			

يعتمد قائد/ة المدرسة /

معلم/ة المادة/

## الخطة التفصيلية لمادة التربية البدنية الصف الثاني ابتدائي الفصل الدراسي الثاني ١٤٤١ هـ

الأسبوع	الأسبوع الأول ٥/٢٤ - ٥/٢٨	الأسبوع الثاني ٦/١ - ٦/٥	الأسبوع الثالث ٦/٨ - ٦/١٢	الأسبوع الرابع ٦/١٥ - ٦/١٩	الأسبوع الخامس ٦/٢٢ - ٦/٢٦	الأسبوع السادس ٦/٢٩ - ٧/٣	الأسبوع السابع ٧/٦ - ٧/١٠
المهارة	الهبوط الصحيح بقدم واحدة من ارتفاعات منخفضة	الرفع الصحيح للاتقال	الوقوف على الكتفين	التمرير الصحيح للكرة	التعلق الصحيح	الدوران حول المحور العرضي	الاتزان نصفاً على الركبة
صورة المهارة							
الأسبوع	الأسبوع الثامن ٧/١٣ - ٧/١٧	الأسبوع التاسع ٧/٢٠ - ٧/٢٤	الأسبوع العاشر ٨/٢٧ - ٨/٣١	الأسبوع الحادي عشر ٨/٥ - ٨/٩	الأسبوع الثاني عشر ٨/١٢ - ٨/١٦	الأسبوع الثالث عشر ٨/١٩ - ٨/٢٣	الأسبوع الرابع عشر ٨/٢٦ - ٨/٣٠
المهارة	الارسل الصحيح للكرة باليد	الهبوط الصحيح بالقدمين من ارتفاعات منخفضة	الحمل الصحيح للاتقال	الوقوف على الراس نصفاً	الاحتضان الصحيح للكرة	العاب ومسابقات	العاب ومسابقات
صورة المهارة							
الأسبوع	الأسبوع الخامس عشر ٩/٣ - ٩/٧	الأهداف البدنية					الأسبوع السادس عشر ٩/١٠ - ٩/١٤
المهارة	التقويم البدني	يؤدي الطالب التمرينات البدنية التي تنمي اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة واللياقة الحركية.					
المهارة		يؤدي تدريبات لتنمية عنصر الرشاقة		يؤدي تدريبات لتنمية عنصر المرونة			
صور المهارة							
الأهداف المعرفية	الوحدة ٤	أن يدرك ضرر رفع الأشياء الثقيلة عليه .					
	الوحدة ٥	أن يعرف الأداء الصحيح للمهارات الحركية .					
	الوحدة ٦	أن يعرف الأداء الصحيح للمهارات الحركية .					
الأهداف الانفعالية	الوحدة ٤	يتعامل مع زملاءه برفق.					
	الوحدة ٥	يبدي استعداداً لإشراك زملاءه في أدواته المخصصة له					
	الوحدة ٦	يظهر استعداداً للتنافس المحمود.					

يعتمد قائدة المدرسة /

معلمة/ المادة/

## الخطة التفصيلية لمادة التربية البدنية الصف الثالث ابتدائي الفصل الدراسي الثاني ١٤٤١ هـ

الأسبوع	الأسبوع الأول ٥/٢٤ - ٥/٢٨	الأسبوع الثاني ٦/١ - ٦/٥	الأسبوع الثالث ٦/٨ - ٦/١٢	الأسبوع الرابع ٦/١٥ - ٦/١٩	الأسبوع الخامس ٦/٢٢ - ٦/٢٦	الأسبوع السادس ٦/٢٩ - ٧/٣	الأسبوع السابع ٧/٦ - ٧/١٠
المهارة	الدوران والالتفاف حول المحور العرضي والطولي للجسم	مرجحة الذراعين من خلف وأمام الجسم	الاتزان من الأقدام نصفاً	التسلق	تنطيط الكرة بالراس	القوس المعكوس	الوقوف على قاعدة اتزان غير ثابتة
صورة المهارة							
الأسبوع	الأسبوع الثامن ٧/١٣ - ٧/١٧	الأسبوع التاسع ٧/٢٠ - ٧/٢٤	الأسبوع العاشر ٨/٢ - ٨/٦	الأسبوع الحادي عشر ٨/٩ - ٨/١٥	الأسبوع الثاني عشر ٨/١٦ - ٨/٢٢	الأسبوع الثالث عشر ٨/٢٣ - ٨/٢٩	الأسبوع الرابع عشر ٨/٣٠ - ٩/٥
المهارة	التصويب على هدف ثابت ومتحرك	العاب تمهيدية كرة قدم	العاب تمهيدية كرة الطائرة	العاب تمهيدية كرة السلة	العاب تمهيدية كرة اليد	العدو ٢٠ متر	تنمية القوة العضلية
صورة المهارة							
الأسبوع	الأسبوع الخامس عشر ٩/٣ - ٩/٧	الأهداف البدنية		مجموعة التربية البدنية S.M اعداد			
المهارة	التقويم البدني	يؤدي الطالب التمرينات البدنية التي تنمي اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة واللياقة الحركية.					
صورة المهارة		يؤدي تدريبات لتنمية عنصر الرشاقة		يؤدي تدريبات لتنمية عنصر المرونة			
الأهداف المعرفية	الوحدة ٤	- يتعرف على الملابس الملائمة للجو البارد أثناء ممارسة النشاط البدني .					
	الوحدة ٥	- يظهر استعداداً للمحافظة على الأدوات والأجهزة أثناء النشاط البدني .					
	الوحدة ٦	- يعرف ان لكل لعبة او مسابقة قوانين وقواعد تنظمها .					
الأهداف الانفعالية	الوحدة ٤	يتعامل مع زملاءه برفق.		يبرز قدراته الفردية أثناء أدائه للمهارات الحركية للوحدة التعليمية			
	الوحدة ٥	يبيد استعداداً لاشراك زملاءه في ادواته المخصصة له		يبرز قدراته الفردية أثناء أدائه للمهارات الحركية للوحدة التعليمية			
	الوحدة ٦	يظهر استعداداً للتنافس المحمود.		يبرز قدراته الفردية أثناء أدائه للمهارات الحركية للوحدة التعليمية			

يعتمد قائدة المدرسة /

معلم/ة المادة/

الخطة التفصيلية لمادة التربية البدنية الصف الرابع ابتدائي الفصل الدراسي الثاني ١٤٤١ هـ

الاسبوع	الاسبوع الأول ٥/٢٤ - ٥/٢٨	الاسبوع الثاني ٦/١ - ٦/٥	الاسبوع الثالث ٦/٨ - ٦/١٢	الاسبوع الرابع ٦/١٥ - ٦/١٩	الاسبوع الخامس ٦/٢٢ - ٦/٢٦	الاسبوع السادس ٦/٢٩ - ٧/٣	الاسبوع السابع ٧/٦ - ٧/١٠
المهارة	تمرير كرة السلة باليدين من فوق الراس	تمرير كرة السلة باليدين من اسفل	تنطيط كرة السلة	الدرجة الامامية المتكورة	الدرجة الخلفية المتكورة	الوقوف على الراس	الميزان العالي - الامامي - الجانبي - الخلفي
صورة المهارة							
الاسبوع	الاسبوع الثامن ٧/١٣ - ٧/١٧	الاسبوع التاسع ٧/٢٠ - ٧/٢٤	الاسبوع العاشر ٨/٢٧ - ٨/٣٠	الاسبوع الحادي عشر ٨/٥ - ٨/٩	الاسبوع الثاني عشر ٨/١٢ - ٨/١٦	الاسبوع الثالث عشر ٨/١٩ - ٨/٢٣	الاسبوع الرابع عشر ٨/٢٦ - ٨/٣٠
المهارة	الاقتراب والارتقاء	تمرير كرة اليد من مستوى الكتف	تمرير كرة اليد من اسفل وامام واعلى والخلف	تنطيط كرة اليد من الوقوف والمشي والجري	مسك المضرب - وقفة الاستعداد	الضربات الأساسية	الارسلال - تنس ارضي
صورة المهارة							
الاسبوع	الاسبوع الخامس عشر ٩/٣ - ٩/٧	الاهداف البدنية		اعداد مجموعة التربية البدنية S.M			
المهارة	التقويم البدني	يؤدي الطالب التمرينات البدنية التي تنمي اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة واللياقة البدنية الحركية.					
صور المهارة							
الاهداف المعرفية	الوحدة :كرة السلة	يعرف طريقة أداء المهارات أثناء تعلمه للخبرات التعليمية في وحد كرة السلة يتعرف على بعض القوانين الضرورية التي تحكم منافسة كرة السلة يدرك أوضاع الجسم أثناء أداء الحركات الأرضية : (المستقيمة - والمثني - والمتكور).					
	الوحدة : كرة اليد	- يتعرف على بعض القوانين التي تحكم لعبة كرة اليد أثناء المشاركة في النشاط الخاص بالوحدة. - يتعرف على الخطوات الفنية للمهارات الأساسية لكرة اليد .					
	الوحدة : التنس الارضي	- يتعرف على بعض القوانين التي تحكم نشاط التنس الأرضي المصغر. - يتعرف على الخطوات الفنية للمهارات الأساسية للتنس الأرضي المصغر أثناء مشاركته في التعلم .					
الاهداف الانفعالية	الوحدة :كرة السلة	- يمثل الالفاظ الحسنة أثناء تشجيعه لزملاءه وتخطبه معهم أثناء المشاركة في أنشطة كرة السلة . - يبدي استعداده لضبط نفسه والتحكم في انفعالاته أثناء المشاركة في نشاط كرة السلة .					
	الوحدة :كرة اليد	- يمثل الالفاظ الحسنة أثناء تشجيعه لزملاءه وتخطبه معهم أثناء المشاركة في أنشطة كرة اليد . - يبدي استعداده لضبط نفسه والتحكم في انفعالاته أثناء المشاركة في نشاط كرة اليد .					
	الوحدة :التنس الأرضي المصغر	يتمتع بالمشاركة مع الاخرين في نشاط التنس الأرضي المصغر.					



# الخطة التفصيلية لمادة التربية البدنية الصف الخامس ابتدائي الفصل الدراسي الثاني ١٤٤١ هـ

الاسبوع	الأسبوع الأول ٥/٢٤ - ٥/٢٨	الأسبوع الثاني ٦/١ - ٦/٥	الأسبوع الثالث ٦/٨ - ٦/١٢	الأسبوع الرابع ٦/١٥ - ٦/١٩	الأسبوع الخامس ٦/٢٢ - ٦/٢٦	الأسبوع السادس ٦/٢٩ - ٧/٣	الأسبوع السابع ٧/٦ - ٧/١٠
المهارة	التمرير بيد واحدة من مستوى الكتف	تنطيط الكرات العالية والمنخفضة كرة السلة	تصويب كرة السلة باليدين من اسفل	الدحرجة الامامية المنحنية جمباز	اللف نص لفة حول المحور الطولي والدحرجة الخلفية المنحنية	الاقترب والارتقاء على سلم الارتقاء للوثب لاعلى ثم الهبوط	
صورة المهارة							
الاسبوع	الأسبوع الثامن ٧/١٣ - ٧/١٧	الأسبوع التاسع ٧/٢٠ - ٧/٢٤	الأسبوع العاشر ٨/٢ - ٨/٢٧	الأسبوع الحادي عشر ٨/٥ - ٨/٩	الأسبوع الثاني عشر ٨/١٢ - ٨/١٦	الأسبوع الثالث عشر ٨/١٩ - ٨/٢٣	الأسبوع الرابع عشر ٨/٢٦ - ٨/٣٠
المهارة	القفز فتحا على المهر بالعرض	تمرير كرة اليد بيد واحدة من فوق الرأس	تنطيط الكرات العالية والمنخفضة في كرة اليد	تصويب الكرة من فوق الرأس مع الارتكاز	مسك المضرب ووقف الاستعداد كرة ريشة	الارسال المنخفض كرة الريشة	الضربة الامامية بوجه وظهر المضرب
صورة المهارة							
الاسبوع	الأسبوع الخامس عشر ٩/٣ - ٩/٧	الاهداف البدنية					
المهارة	التقويم البدني	يؤدي الطالب التمرينات البدنية التي تنمي اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة واللياقة البدنية الحركية.					
صور المهارة							
الاهداف المعرفية	الوحدة : كرة السلة	- يعرف طريقة أداء المهارات أثناء تعلمه للخبرات التعليمية في وحد كرة السلة . - يتعرف على بعض القوانين الضرورية التي تحكم منافسة كرة السلة .					
	الوحدة : الجمباز تربيوي	- يتعرف على الخطوات الفنية لأداء المهارات الخاصة بمهارات الوحدة - يتعرف هلى بعض المفاهيم الميكانيكية الخاصة بمهارات الوحدة.					
	الوحدة : كرة اليد	- يعرف طريقة أداء المهارات أثناء تعلمه للخبرات التعليمية في وحد كرة اليد. - يتعرف على بعض القوانين الضرورية التي تحكم منافسة كرة اليد.					
	الوحدة : كرة الريشة الطائرة	- يعرف طريقة أداء المهارات أثناء تعلمه للخبرات التعليمية في وحد كرة الريشة الطائرة . - يتعرف على بعض القوانين الضرورية التي تحكم منافسة كرة الريشة الطائرة.					
الاهداف الانفعالية	الوحدة: كرة السلة	- يتعرف على ظوابط اللباس الشرعي . - يتعزز لديه الاستعداد لضبط نفسه والتحكم في انفعالاته أثناء المنافسة .					
	الوحدة :الجمباز التربيوي	يتعزز لديه الاستعداد لتجاوز الصعوبات بشجاعة أثناء ممارسة النشاط البدني .					
	الوحدة : كرة اليد	- يتعرف على ظوابط اللباس الشرعي . - يتعزز لديه الاستعداد لضبط نفسه والتحكم في انفعالاته أثناء المنافسة .					
	الوحدة: كرة الريشة	يتعزز لديه المتعة أثناء المشاركة مع الاخرين .					

# الخطة التفصيلية لمادة التربية البدنية الصف السادس ابتدائي الفصل الدراسي الثاني ١٤٤١ هـ

الأسبوع	الأسبوع الأول ٥/٢٤ - ٥/٢٨	الأسبوع الثاني ٦/١ - ٦/٥	الأسبوع الثالث ٦/٨ - ٦/١٢	الأسبوع الرابع ٦/١٥ - ٦/١٩	الأسبوع الخامس ٦/٢٢ - ٦/٢٦	الأسبوع السادس ٦/٢٩ - ٧/٣	الأسبوع السابع ٧/٦ - ٧/١٠
المهارة	التمريرة المرتدة باليدين كرة السلة	التمريرة بيد واحدة من اسفل كرة السلة	المحاورة في كرة السلة	التصويب من الثبات في كرة السلة	الدرجة الامامية من المشي	الدرجة الامامية المكورة من الوقوف على الراس	الوقوف على اليدين مع الثبات ٢ ثانية
صورة المهارة							
الأسبوع	الأسبوع الثامن ٧/١٣ - ٧/١٧	الأسبوع التاسع ٧/٢٠ - ٧/٢٤	الأسبوع العاشر ٨/٢ - ٨/٢٧	الأسبوع الحادي عشر ٨/٥ - ٨/٩	الأسبوع الثاني عشر ٨/١٢ - ٨/١٦	الأسبوع الثالث عشر ٨/١٩ - ٨/٢٣	الأسبوع الرابع عشر ٨/٢٦ - ٨/٣٠
المهارة	الشفلية الجانبية	القفز داخلا على المهر بالعرض	تمرير كرة اليد بيد واحدة من فوق الراس	المحاورة في كرة اليد	تصويب كرة اليد من فوق الراس	مسك المظرب وفقة الاستعداد - الارسال كرة طاولة	الضربات القاطعة - صد الكرة - كرة الطاولة
صورة المهارة							
الأسبوع	الأسبوع الخامس عشر ٩/٣ - ٩/٧	الأهداف البدنية					
المهارة	التقويم البدني	يؤدي الطالب التمرينات البدنية التي تنمي اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة واللياقة البدنية الحركية.					
صور المهارة							
الأهداف المعرفية	الوحدة :كرة السلة	يعرف طريقة أداء المهارات أثناء تعلمه للخبرات التعليمية في وحد كرة السلة يتعرف على بعض القوانين الضرورية التي تحكم منافسة كرة السلة					
	الوحدة : الجمباز تربيوي	يعرف الخطوات الفنية للمهارات الخاصة بوحدة الجمباز.					
	الوحدة : كرة اليد	- يعرف طريقة أداء المهارات أثناء تعلمه للخبرات التعليمية في وحد كرة اليد. - يتعرف على بعض القوانين الضرورية التي تحكم منافسة كرة اليد.					
الأهداف الانفعالية	الوحدة : كرة الطاولة	- يعرف طريقة أداء المهارات أثناء تعلمه للخبرات التعليمية في وحد كرة الطاولة. - يتعرف على بعض القوانين الضرورية التي تحكم منافسة كرة الطاولة.					
	الوحدة : كرة السلة	يظهر قدرته في التغلب على المعوقات النفسية أثناء أداء مهارات هذه الوحدة .					
	الوحدة :كرة اليد	يظهر قدرته في التغلب على المعوقات النفسية أثناء أداء مهارات هذه الوحدة .					
	الوحدة : كرة الطاولة	تتعز لديه المتعة أثناء المشاركة مع الآخرين .					