



الوحدات	الأسابيع	المواضيع
الأولى	1	التنظيم و الانضباط (تكوين المجموعات)
	2	
	3	
الثانية	1	الجري المنظم
	2	القوة البدنية
	3	التعرف على الجهات
الثالثة	1	ألعاب الجري
	2	الجري السريع
	3	التحكم في الجسم
الرابعة	1	ألعاب التركيز
	2	الدقة في التصويب
	3	مهارة القذف
الخامسة	1	التمريرات العشر
	2	ألعاب الوثب
	3	التحكم في الكرة
السادسة	1	الدقة في التصويب
	2	ألعاب القفز
	3	الجري بالتناوب
السابعة	1	مسلك الموانع
	2	لعبة الأرنب
	3	لعبة المحارب
الثامنة	1	لعبة المنديل
	2	لعبة الثعلب
	3	لعبة الشرطي والاص