**المؤسسة : المتوسطة الجديدة القاعدة 04 أولاد أمعرف الأستاذ : تمرت مصطفى**

**السنة الدراسية : 2016/2017**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **الأشهر** | **أكتوبر** | **نوفمبر** | **ديسمبر** | **جانفي** | **فيفري** | **مارس** | **أفريل** | **ماي** |
| **الأسابيع** |
| **الأسبوع الأول** | **الجري السريع** | **الجري السريع** | **إختبارات** | **القفز الطويل** | **القفز الطويل** | **دفع الجلة** | **دفع الجلة** | **دفع الجلة** |
| **كرةاليد** | **كرةاليد** | **كرة السلة** | **كرة السلة** | **كرة الطائرة** | **كرة الطائرة** | **كرة الطائرة** |
| **الاسبوع الثاني** | **الجري السريع** | **الجري السريع** | **القفز الطويل** | **القفز الطويل** | **القفز الطويل** | **دفع الجلة** | **دفع الجلة** | **دفع الجلة** |
| **كرةاليد** | **كرةاليد** | **كرة السلة** | **كرة السلة** | **كرة السلة** | **كرة الطائرة** | **كرة الطائرة** | **كرة الطائرة** |
| **الاسبوع الثالث** | **الجري السريع** | **الجري السريع** | **عطلة الشتاء** | **القفز الطويل** | **القفز الطويل** | **عطلة الربيع** | **دفع الجلة** | **إختبارات** |
| **كرةاليد** | **كرةاليد** | **كرة السلة** | **كرة السلة** | **كرة الطائرة** |
| **الاسبوع الرابع** | **الجري السريع** | **الجري السريع** | **القفز الطويل** | **إختبارات** | **دفع الجلة** |  |
| **كرةاليد** | **كرةاليد** | **كرة السلة** | **كرة الطائرة** |