

ورقة عمل للأسبوع الثالث - الصف : الأول ابتدائي

ضع دائرة حول الأجابة الصحيحة

هي القدرة على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد ؟

١- الرشاقة 2- التوافق

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة

للرشاقة نوعين (الرشاقة العامة - الرشاقة الخاصة -) ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

تعرف الرشاقة العامة : هي قدرة الفرد على أداء واجب حركي ف عدة أنشطة رياضية مختلفة بتصرف منطقي سليم ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

تعرف الرشاقة الخاصة : هي القدرة المتنوعة في المتطلبات المهارية للنشاط الذي يمارسه الفرد ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة