

ورقة عمل للأسبوع الثالث - الصف : الرابع الابتدائي

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

قوة عضلات البطن : هي عدم قدرة الفرد في التحمل وعملها بصورة متكررة ؟

إجابة خاطئة

11

إجابة صحيحة

تقاس قوة عضلات البطن باختبار الجلوس من الرقود ؟

إجابة خاطئة

10

إجابة صحيحة

الرشاقة : هي القدرة على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد

إجابة خاطئة

10

إجابة صحيحة

أذكر تمارين تنمية الرشاقة ؟

[illegible]