



## ورقة عمل للأسبوع السابع - الصف: رابع ابتدائي

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

تؤدي مهارة الوقوف على الرأس من وضع الإقعاء واليدين على الأرض باتساع الصدر ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

في مهارة الميزان الأمامي يميل الجسم للأمام مع رفع الرأس وأحد الرجلين تكون خلفاً وترتفع عالياً ببطء ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

يجب المحافظة على وضع الرأس على استقامة الجذع والنظر للأمام في مهارة الميزان الأمامي الجانبي ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

يتم الوصول إلى وضع الوقوف على الرأس ويكون فيه الجسم عمودياً على الأرض والجسم مستقيم والذراعان منتنيتان بزاوية قائمة ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

تتكون أوضاع الجسم أثناء الحركة من الوضع المستقيم , والوضع المنحني , والوضع المتكور ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة