



ورقة عمل للأسبوع السابع - الصف:خامس ابتدائي

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

تؤدي مهارة القفز فتحاً على المهر عرضاً من الجري على المشطين مسافة تتراوح ما بين (10 – 15 م) نحو سلم الارتقاء ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

من المفاهيم الميكانيكية الخاصة بمهارة الجمباز الوضع المستقيم ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

يبدأ الاقتراب من وضع الوقوف من على مسافة تبعد حوالي (20 م) عن سلم الارتقاء ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

في الوضع المنكور تكون الركبتان منتنيتان كاملاً على الصدر , والجذع منحني بشدة ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

في مرحلة الارتقاء يتم مد مفصلي الركبتين , ورفع الجذع والذراعين للأعلى ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة