

ورقة عمل الأسبوع السابع – أول ابتدائي

الاسم :

الفصل :

اختر الإجابة المناسبة للعبارة التالية :

- العدو هو: نقل ثقل الجسم من قدم إلى أخرى مع تبادل وضعهما ؟

(خطأ) (صح)

.....

- يتم العدو الصحيح في خط متعرج عندما يكون الجسم في وضع مائل قليلاً للأمام ؟

(خطأ) (صح)

.....

- يتم في العدو دفع الأرض بسلاميات الأصابع وابهام القدم ، والهبوط على :
- (مشط القدم) . - (اليدين) .

.....

- يؤدي الارتكاز من الوقوف على المشط وتغيير اتجاه الجسم لجميع الاتجاهات ؟

(خطأ) (صح)

.....