

عرض بوربوينت

لِإِثَارَةِ الْحُبِّ لِلْأَسْجُودِ

وزارة التعليم
الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك
بإشراف قسم التربية البدنية



التربية البدنية والصحية

تطبيقات الأداء جملة حركية

تعزيز نواتج التعلم

الحقوق محفوظة لوزارة
التعليم ١٤٤٣هـ

إعداد : أ. نواف محمد المنيف
مراجعة : أ. سلطان القرني

SASPOORT.COM



الفصل الدراسي الثالث



الصفوف العليا والمرحلة
المتوسطة





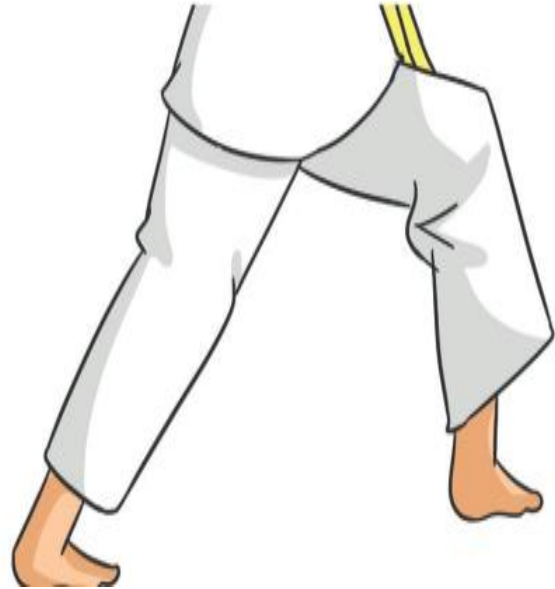
أن يطبق الطالب / ه
المهارات الهجومية السابق
تعليمها في شكل جملة
حركية استعراضية من
التحرك للأمام والخلف



تطبيقات الأداء جملة حركية تعزيز نواتج التعلم



يقوم المعلم بتعليم الطلاب تطبيق المهارات السابق تعلمها على شكل جملة حركية استعراضية، وفق الترتيب التالي:



١. تطبيق وقفة الانتباه (هيسكو - داتشي).
٢. تطبيق التحية من أعلى (رى).
٣. تطبيق وقفة الاستعداد (شيزن - تاي).
٤. تطبيق اللكمة الأمامية المستقيمة (جودان - أوى - تسوكي) بالذراع اليمنى واليسرى مع التحرك للأمام لعدد «٤» تكرارات (مرتين بالذراع اليمنى - مرتين باليد اليسرى).
٥. تطبيق اللكمة الأمامية المستقيمة (جودان - أوى - تسوكي) بالذراع اليمنى واليسرى مع التحرك للخلف لعدد «٤» تكرارات (مرتين بالذراع اليمنى - مرتين باليد اليسرى).
٦. تطبيق اللكمة الأمامية المستقيمة (شودان - أوى - تسوكي) بالذراع اليمنى واليسرى مع التحرك للأمام لعدد «٤» تكرارات (مرتين بالذراع اليمنى - مرتين باليد اليسرى).
٧. تطبيق اللكمة الأمامية المستقيمة (شودان - أوى - تسوكي) بالذراع اليمنى واليسرى مع التحرك للخلف لعدد «٤» تكرارات (مرتين بالذراع اليمنى - مرتين باليد اليسرى).
٨. تطبيق الركلة الأمامية (ماي - جيرى) بالرجل اليمنى واليسرى مع التحرك للأمام لعدد «٤» تكرارات. (مرتين بالرجل اليمنى - مرتين بالرجل اليسرى).
٩. تطبيق وقفة الاستعداد (شيزن - تاي).