

## ورقة عمل للأسبوع الرابع - المرحلة : ثاني ابتدائي

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

يصنف الحجل كمهارة مستقلة لزيادة درجة صعوبته عن أنماط الوثب الأخرى ؟

☐

خطأ

☐

صح

عند أداء الرمي يندفع الجسم من على سطح الأرض لأعلى في الهواء نتيجة لقوة أحد القدمين ؟

☐

خطأ

☐

صح

تعتبر المرونة من عناصر اللياقة البدنية ؟

☐

خطأ

☐

صح

المرونة الخاصة هي التي تتضمن جميع مفاصل الجسم ؟

☐

خطأ

☐

صح

المقصود ببيئة النشاط هي جميع المرافق الرياضية التي تطبق فيها الفعاليات الرياضية ؟

☐

خطأ

☐

صح

الوعي بالبيئة يسهم في قدرة الطالب على توزيع الجهد أثناء ممارسة النشاط البدني ؟

☐

خطأ

☐

صح