

ورقة عمل للأسبوع الرابع - المرحلة: ثاني متوسط

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

تنمو الرشاقة من خلال الأنشطة البدنية الهوائية ؟

☐

خطأ

☐

صح

القدرة العضلية هي : قدرة الجسم على إنتاج قوة عضلية تتميز بالسرعة ؟

☐

خطأ

☐

صح

في المسكة الغربية يشكل اصبع الابهام مع السبابة والأصابع الأخرى رقم ٩ ؟

☐

خطأ

☐

صح

عند أداء الارسال المستقيم يلتقي المضرب بالكرة عندما تكون بحالة انخفاض ؟

☐

خطأ

☐

صح

في الارسال المستقيم تكون الكرة الساقطة في ملعب المنافس خالية من أي دوران ؟

☐

خطأ

☐

صح

يلتقي اصبع السبابة والابهام عند أداء الضربة الأمامية والارسال اللولبي ؟

☐

خطأ

☐

صح