

ورقة عمل للأسبوع الرابع - المرحلة: ثالث ابتدائي

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

السقوط الجانبي يستخدم عند أداء بعض المهارات الشائعة في بعض الألعاب ؟

خطأ

صح

حركة الارتكاز على المقعدة لا تعتبر من مهارات الثبات والاتزان ؟

خطأ

صح

المرونة هي قدرة الفرد على أداء الحركات الرياضية إلى أوسع مدى تسمح به المفاصل ؟

خطأ

صح

تبدأ مهارة الارتكاز على المقعدة من وضع الجلوس الطويل ؟

خطأ

صح

من العوامل المؤثرة على المرونة العمر الزمني والعمر التدريبي ؟

خطأ

صح