

ورقة عمل للأسبوع الرابع - المرحلة : أول ابتدائي

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

الطريقة السليمة للجري هي إنزال المشط أولاً ثم القدم لتفادي الام الظهر والضغط على المفصل والركبة ؟

خطأ

صح

المشي والجري يتشابهان من ناحية الخطوات وحركة الرجلين والذراعين ؟

خطأ

صح

يوصف الطيران بأنه اللحظة التي لا تتضمن فعالية حركية ؟

خطأ

صح

عند الوقوف الصحيح يكون الرأس لأعلى ومرتز على الكتفين والذقن للداخل والنظر للأمام ؟

خطأ

صح

عند الجلوس الصحيح يكون الظهر غير مستقيماً ؟

خطأ

صح