



ورقة عمل

المحافظة على سلامة الجسم أثناء الصعود والنزول

التربية البدنية • الأول الابتدائي • الفصل الدراسي الثاني

الصف/الشعبة:

اسم الطالب/ة:

الدرجة:

التاريخ:



ملخص الدرس



شرح الدرس واختباره

■ السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة

- (1) على السلم تكون يداي (في جيبيّ ، حرتين ، مشغولتين بصندوق كبير)
- (2) إذا كان السلم مزدحمًا (أدفع من أمامي ، أنتظر دوري ، أتجاوز الجميع)
- (3) إذا رأيت قشرة فاكهة على الدرجة (أدوس عليها ، أركلها ، أخبر الكبار)

■ السؤال الثاني: ضع علامة صح أو خطأ

- (1) أحمل حقيبتني على ظهري وأنا على السلم. ()
- (2) أنزلق على الدرابزين لأصل بسرعة. ()
- (3) أجلس على الدرجات لأرتاح. ()
- (4) إذا سقط زميلي أنادي المعلم ولا أحركه. ()

■ السؤال الثالث: رتّب ما تفعله إذا سقط زميلك على السلم بوضع الأرقام من ١ إلى ٣

- (1) أنادي المعلم فورًا. ()
- (2) أتوقف مكاني وأمسك الدرابزين. ()
- (3) لا أشدّه ولا أحركه. ()

■ السؤال الرابع: أكمل العبارة

- (1) يداي وعيناي على الدرجات.
- (2) السلم ليس

بعد الحل: راجع شرح الدرس واختبر نفسك

امسح الرمز أو زر edu.wrgat.com

