ورقات تعليمية · edu.wrgat.com

ورقة عمل

التوافق العضلي العصبي

التربية البدنية • الثاني الابتدائي • الفصل الدراسي الأول

اسم الطالب/ة: .....

الصف/الشعبة: .....

التاريخ: .....

الدرجة: .....

شرح الدرس واختباره

ملخص الدرس

■ السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة

1) يقود الحركة عند التقاط الكرة (عيني ، أذني ، أنفي)

2) أتدرب على الحركة (بسرعة فقط ، ببطء ثم أسرع ، مرة واحدة)

3) دحرجة الكرة بالقدم تحتاج إلى تعاون العين مع (القدم ، الأذن ، الفم)

■ السؤال الثاني: ضع علامة صح أو خطأ

1) أنظر إلى الكرة عند التقاطها. ( )

2) أغمض عينيّ وأحاول التقاط الكرة. ( )

3) أكرر المحاولة بصبر. ( )

4) أستسلم عند أول خطأ. ( )

■ السؤال الثالث: اكتب (عين ويد) أو (عين وقدم) أمام كل حركة

1) التقاط الكرة. ( )

2) دحرجة الكرة بالقدم. ( )

3) الرسم بالقلم. ( )

■ السؤال الرابع: أكمل

1) عيني وقدمي ويدي تعمل معًا كـ .....

2) إذا تعبت أو شعرت بألم أتوقف وأخبر .....

بعد الحل: راجع شرح الدرس واختبر نفسك

امسح الرمز أو زر edu.wrgat.com