



ورقة عمل

# لقف الكرة أو أي أداة

التربية البدنية • الأول الابتدائي • الفصل الدراسي الأول

الصف/الشعبة:

اسم الطالب/ة:

الدرجة:

التاريخ:



ملخص الدرس



شرح الدرس واختباره

## ■ السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة

- (1) عندما تأتي الكرة أنظر إلى ( قدمي ، الكرة ، زملائي )
- (2) أجهّز يديّ ( أمامي ، خلف ظهري ، في جيوبي )
- (3) بعد اللقف أضم الكرة إلى ( ظهري ، رأسي ، صدري )

## ■ السؤال الثاني: ضع علامة صح أو خطأ

- (1) أفتح أصابعي مثل السلة لألقف الكرة. ( )
- (2) كيس الحبوب أداة سهلة للتدرب على اللقف. ( )
- (3) ركبتاي مثنيتان قليلاً في وضع الاستعداد. ( )
- (4) أغمض عينيّ عندما تقترب الكرة. ( )

## ■ السؤال الثالث: رتّب خطوات اللقف بوضع الأرقام من ١ إلى ٤

- (1) أضم الكرة إلى صدري. ( )
- (2) أتابع الكرة بعينيّ. ( )
- (3) أستعد وأجهّز يديّ أمامي. ( )
- (4) ألتقط الكرة بأصابعي وكفيّ. ( )

## ■ السؤال الرابع: أكمل الفراغ

- (1) عيناى على .....، ويدي سلة مفتوحة.
- (2) يرمى زميلي الكرة إليّ من مسافة .....

**بعد الحل: راجع شرح الدرس واختبر نفسك**

امسح الرمز أو زر edu.wrgat.com

