ورقة عمل

الوقوف الصحيح

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) في الوقوف الصحيح يكون رأسي (مرفوعًا ، منخفضًا ، مائلًا)

2) أنظر في الوقوف الصحيح إلى (الأرض ، الأمام ، قدميّ)

3) يكون ظهري في الوقوف الصحيح (مستقيمًا ، منحنيًا ، ملتويًا)

■ السؤال الثاني: ضع علامة صح أو خطأ

1) أقف في الطابور وأنظر إلى الأرض. ( )

2) أجعل كتفيّ في مستوى واحد. ( )

3) الوقوف الصحيح يحمي ظهري. ( )

4) أقف على أطراف قدميّ في الطابور. ( )

■ السؤال الثالث: اكتب (صحيحة) أو (خاطئة) أمام كل وقفة

1) ظهر مستقيم ورأس مرفوع. ( )

2) ظهر منحنٍ ورأس منخفض. ( )

3) كتف مرفوع وكتف منخفض. ( )

■ السؤال الرابع: أكمل

1) رأس مرفوع، وظهر مستقيم، وقدمان .....

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

بعد الحل: راجع شرح الدرس واختبر نفسك

امسح الرمز أو زر edu.wrgat.com