ملخص درس

ملخص الدرس

مسك الكرة

التربية البدنية | الثاني الابتدائي | الفصل الدراسي الأول

المادة	التربية البدنية
الصف	الثاني الابتدائي
الفصل الدراسي	الفصل الدراسي الأول
اسم الطالب/ة	.....

شرح الدرس واختباره
امسح لمشاهدة الشرح والاختبار

ورقة العمل
تدرّب على الدرس

■ كيف أمسك الكرة؟

• أمد ذراعيّ وأنظر إلى الكرة.

• أفتح أصابعي وأمسك بيدين معًا.

• أضم الكرة إلى صدري.

■ أين أضع أصابعي؟

• الإبهامان خلف الكرة.

• بقية الأصابع على الجانبين.

• راحة اليد فارغة قليلًا.

■ أين أستخدم المسك؟

• عند انتظار تمريرة.

• عند جمع الكرة من الأرض.

■ سلامتي

• أبدأ بالإحماء وأشرب الماء.

• لا أرمي الكرة بقوة على زميلي.

• أتوقف وأخبر المعلم إذا تألمت يدي.