



## ورقة عمل

# المشي على خط مستقيم باتزان وانسيابية

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) أمشي على الخط ( قدمًا أمام قدم ، بعيدًا عنه ، قفزًا )
- (2) أنظر إلى ( قدمي ، نهاية الخط ، الخلف )
- (3) أحرك ذراعي ( جانبًا ، خلف ظهري ، فوق عيني )

## ■ السؤال الثاني: ضع علامة صح أو خطأ

- (1) أمشي بإيقاع هادئ منتظم. ( )
- (2) أترك مسافة بيني وبين زميلي على الخط. ( )
- (3) أجري بأقصى سرعة على الخط. ( )
- (4) إذا خرجت قدمي أعيدها إلى الخط وأكمل. ( )

## ■ السؤال الثالث: رتب خطوات المشي على الخط بوضع الأرقام من ١ إلى ٤

- (1) أنظر إلى نهاية الخط. ( )
- (2) أفتح ذراعي جانبًا. ( )
- (3) أمشي قدمًا أمام قدم حتى النهاية. ( )
- (4) أقف عند بداية الخط. ( )

## ■ السؤال الرابع: أكمل الفراغ

- (1) قدمٌ أمام .....، وعيناي على نهاية الخط.
- (2) الانسيابية حركة متصلة ..... دون توقف.

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

امسح الرمز أو زر edu.wrgat.com

