

الارتكاز على مشط القدم وتغيير الاتجاه



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الأول ← تربية بدنية ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 2026-06-02 13:09:13

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب ا اختبارات الكترونية ا اختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك ا الامتحان النهائي ا للمدرس

المزيد من مادة
تربية بدنية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الأول



صفحة المناهج
السعودية على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الأول والمادة تربية بدنية في الفصل الثاني

الأسبوع السادس عشر الارتكاز على مشط القدم وتغيير

1



المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
مدرسة :

الخبرة التعليمية

الارتكاز على مشط
القدم وتغيير الاتجاه

الوحدة
العاشرة

اسم الطالب : الصف :

ورقة عمل - الصف: أول ابتدائي

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة

١	يتم الارتكاز من خلال الدوران حول المحور الطولي مع عمل ربع لفة أو نصف لفة أو لفة كاملة أو أكثر.
٢	يتم الارتكاز من خلال الارتكاز من الثبات بوضع مشط القدم على الأرض.
٣	يتم الارتكاز من الوقوف على المشط وتغيير اتجاه الجسم لجميع الاتجاهات.

مدير/ة المدرسة :

معلم/ة المادة :