

ورقة عمل الأسبوع الثالث لمهارة مرجحة الذراعين من خلف وأمام الجسم



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج السعودية ↔ الصف الثالث ↔ التربية البدنية ↔ الفصل الثاني ↔ ملفات متنوعة ↔ الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 16-02-2026 22:24:14

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

المزيد من مادة
التربية البدنية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثالث



الرياضيات



اللغة الانجليزية



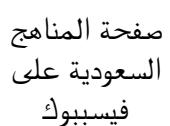
اللغة العربية



ال التربية الاسلامية



المواد على Telegram



المزيد من الملفات بحسب الصف الثالث والمادة التربية البدنية في الفصل الثاني

ورقة عمل الأسبوع الثالث لمهارة الاتزان من وضع الإقعاء نصفاً

1

الأسبوع الثالث إثراء مهارة مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم

2

الأسبوع الثالث إثراء مهارة الاتزان من وضع الإقعاء نصفاً

3

ورقة عمل الأسبوع الثاني لمهارة التعلق الرأسي بطريقة صحيحة

4

ورقة عمل الأسبوع الثاني لمهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة في الهواء

5



المادة : التربية البدنية والدفاع عن النفس

الصف : ثالث ابتدائي

الخبرة التعليمية : مرحجة الذراعين من خلف وأمام الجسم

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

ادارة التعليم بحافظة

مدرسة :

..... الصف اسم الطالب :

ورقة عمل للأسبوع الثالث

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

السؤال الأول :

أ- ضع/ي علامة (صح) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة :

()	تمثل مرحجة الذراعين من أمام وخلف الجسم شكلاً من أشكال تمرينات المرونة لمفصل الكتفين.	- ١
()	يتميز مفصل الكتف باتساع مداه الحركي.	- ٢
()	تبدأ حركة المرحجة بتحريك الذراعين من الجانبيين إلى الأمام لتقاطع أمام الجسم.	- ٣