

## ورقة عمل الأسبوع الثالث مهارة تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأمام



### تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الرابع ← التربية البدنية ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 15:49:17 2026-02-16

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 للمدرس

المزيد من مادة  
التربية البدنية:

### التواصل الاجتماعي بحسب الصف الرابع



صفحة المناهج  
السعودية على  
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

### المزيد من الملفات بحسب الصف الرابع والمادة التربية البدنية في الفصل الثاني

ورقة عمل الأسبوع الثالث استقبال الكرة من الأسفل بالساعدين

1

أوراق عمل 2 الأسبوع الثاني ورقة عمل أهمية تعويض السوائل

2

أهمية تعويض السوائل للجسم نشاط إثرائي توعوي

3

اختبار نهائي بدنية مع الإجابة انتساب

4

نموذج اختبار نهائي محلل

5



# المملكة العربية السعودية وزارة التعليم إدارة التعليم بمنطقة الرياض استقبال الكرة ورقة عمل من أسفل بالساعدين

الاسم: \_\_\_\_\_

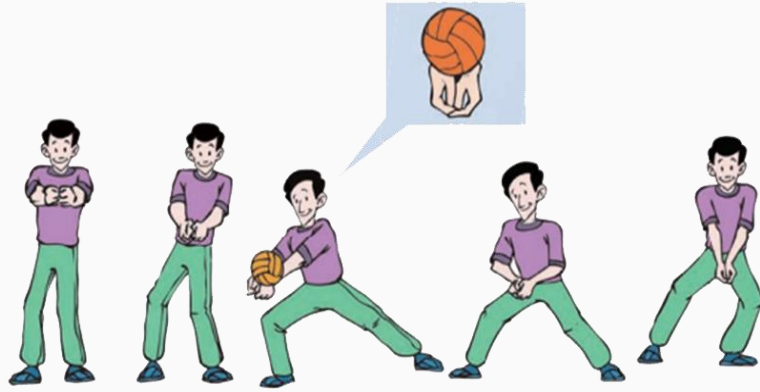
الصف: \_\_\_\_\_

التاريخ: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / ١٤٤٥ هـ

■ تتلاصق اليدان جنباً إلى جنب ويتجهان إلى أعلى مع امتداد سلاميات الأصابع، وتلمس الكرة بالجزء العظمي من مؤخرة اليد قرب مفصل الرسغ.

■ تتلاصق اليدان وجهاً لوجه مع امتداد الأصابع جميعها ما عدا الإبهامين اللذين ينثنيان للداخل قليلاً وتلمس الكرة سطح الإبهامين والسابتين.

■ عند ملامسة الكرة للساعدين يتم مد أجزاء الجسم لأعلى ودفع الكرة بالاتجاه المناسب بشكل قوي ثم العودة للوضع الأصلي استعداداً لاستقبال كرة أخرى.



وضع اليدين أثناء استقبال الكرة بالساعدين