

الأسبوع الخامس ورقة عمل درس الأوضاع الصحيحة لرفع الأشياء وأهميتها لسلامة القوام 1447هـ



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: 2026-03-02 12:49:47

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب | اختبارات الكترونية | اختبارات | حلول | عروض بوربوينت | أوراق عمل
منهج انجليزي | ملخصات وتقارير | مذكرات وبنوك | 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

الأسبوع الخامس ملف إثرائي عن الأوضاع الصحيحة لرفع الأشياء وأهميتها لسلامة القوام 1447هـ

1

الأسبوع الخامس ورقة عمل درس التفسير المبسط لتعرق الجسم 1447هـ

2

الأسبوع الخامس ملف إثرائي عن التفسير المبسط لتعرق الجسم 1447هـ

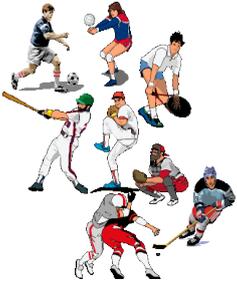
3

مهارة تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأمام

4

ورقة عمل الأسبوع الثالث لمهارة استقبال الكرة من أسفل بالساعدين

5



المادة : تربية بدنية ودفاع عن النفس

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

مدرسة :

الخبرة التعليمية : الأوضاع الصحيحة لرفع الأشياء وأهميتها لسلامة القوام

اسم الطالب : الصف :

ورقة عمل - الصف: رابع ابتدائي

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

١	إن رفع الأشياء بطريقة صحيحة يؤدي إلى سلامة القوام ، وتجنب تعرضه للإصابة والانحراف.
٢	يتم رفع الأشياء من على الأرض بمواجهة الشيء من منتصفه.
٣	يتم حمل الأشياء في وضع الوقوف باستقامة الجذع دون انحناء.

مديرة المدرسة :

معلمة/ة المادة :